YOGA

یوگا



اوشو
(گرو رجنیش)

ترجمہ: محمد احسن بٹ

یوگا

اوشو (گرور جنیش)

ترجمہ: محمد احسن بٹ

نگارشات پبلشرز

24- مزنگ روڈ، لاہور
فون 7322892 فیکس 7354205

الحمد مارکیٹ، غزنی سٹریٹ 40- اردو بازار، لاہور
فون 5014066 فیکس 7354205

e-mail:nigarshat@yahoo.com
www.nigarshatpublishers.com

نام کتاب: یوگا
مصنف: اوشو (گرو رجنیش)
ترجمہ: محمد احسن بٹ
ناشر: آصف جاوید
برائے: نگارشات پبلشرز، 24۔ مزنگ روڈ، لاہور
PH:0092-42-7322892 FAX:7354205
الحمد مارکیٹ' غزنی سٹریٹ 40- اردو بازار، لاہور
PH:0092-42-5014066 FAX:7354205
کمپوزنگ: عبدالستار 0333-4900629
مطبع: حاجی حنیف پرنٹر، لاہور
سال اشاعت: 2009ء

فہرست



پہلا باب

دھرنا' دھیان اور سمادھی

دھرنا' ارتکاز' ذہن کو مراقبے والی معروضی شے پر مرکوز کرنا۔
دھیان' معروضی شے کی طرف سوچ کا بے روک بہاؤ۔
سمادھی' جب ذہن اور شے ایک ہو جائیں۔
دھرم' دھیان اور سمادھی کو اکٹھا کیا جائے تو سنیم تشکیل پاتا ہے۔
اس میں مہارت حاصل کرنے سے اعلیٰ تر شعور کا نور حاصل ہوتا ہے۔

ایک مرتبہ ایک زین گرو نے اپنے چیلوں کو سوال کرنے کی دعوت دی۔ ایک چیلے نے پوچھا: ''جو اپنا سبق دل لگا کر یاد کرتے ہیں انہیں مستقبل میں کس انعام کی توقع کرنی چاہیے؟''

گرو نے جواب دیا: ''سوال کرو' گھر کے قریب۔''

ایک دوسرے چیلے نے جاننا چاہا: ''میں اپنے ماضی کی حماقتوں کے اثرات سے کیسے بچ سکتا ہوں؟''

گرو نے دوبارہ کہا: ''سوال کرو' گھر کے قریب۔''

تیسرے چیلے نے کہا: ''جناب! گھر کے قریب سوال کرنے کا مطلب ہم نہیں سمجھے۔''

''دور دیکھنا ہو تو پہلے نزدیک دیکھو۔ لمحہ موجود کے بارے میں سوچو کیونکہ اس میں مستقبل اور ماضی کے جواب موجود ہوتے ہیں۔ ابھی تمہارے ذہن میں کیا خیال آیا

تھا؟ کیا تم اس وقت میرے سامنے ڈھیلے ڈھالے جسم کے ساتھ بیٹھے ہو یا تنے ہوئے جسم کے ساتھ؟ کیا اس وقت تم میری طرف پوری طرح متوجہ ہو یا جزوی طور پر؟ ایسے سوال کرو اور گھر کے قریب آ جاؤ۔ قریب کے سوال دور کے جوابات کا پیش خیمہ ہوتے ہیں۔"

یہ ہے رجحان یوگا کا' زندگی کی طرف۔ یوگا مابعدالطبیعیاتی نہیں ہے۔ یہ دوراز کار سوالات کی فکر نہیں کرتا — ماضی کے جنموں کے سوالات' مستقبل کے جنموں کے سوالات' نرک اور سورگ' بھگوان اور ایسی ہی چیزیں۔ یوگا کا سروکار تو گھر کے قریب والے سوالوں سے ہے۔ سوال جتنا قریبی ہوگا' اس کے جواب کا امکان اتنا ہی زیادہ ہوگا۔ اگر تم اپنے سے قریب ترین سوال کر سکتے ہو تو اس بات کا بھرپور امکان ہے کہ صرف سوال کرنے سے اس کا جوب مل جائے گا۔ جب تم ایک بار قریب ترین سوالوں کے جواب پا لیتے ہو تو تم پہلا قدم اٹھا چکے ہوتے ہو۔ تب یاترا شروع ہو جاتی ہے۔ پھر رفتہ رفتہ تم دور کے سوالوں کے جواب پانے لگتے ہو — تاہم یوگا کی ساری جستجو کا مقصد تمہیں گھر کے قریب لانا ہے۔

پس اگر تم پتانجلی سے بھگوان کے بارے میں پوچھو گے تو وہ جواب نہیں دے گا۔ درحقیقت وہ تمہیں تھوڑا سا احمق سمجھے گا۔ یوگا تمام مابعدالطبیعیات دانوں کو احمق سمجھتا ہے۔ وہ ایسے مسائل میں اپنا وقت ضائع کر رہے ہیں جو اس وجہ سے حل نہیں کیے جا سکتے ہیں کہ وہ بہت دور کے مسائل ہیں۔ بہتر یہ ہے کہ وہاں سے آغاز کرو جہاں تم ہو۔ تم صرف وہیں سے آغاز کر سکتے ہو جہاں تم ہوتے ہو۔ ہر حقیقی سفر صرف وہاں سے شروع ہو سکتا ہے' جہاں تم موجود ہو۔ ماورا کے دانشورانہ' مابعدالطبیعیاتی سوال مت کرو' اندر کے سوال کرو۔

یوگا کے بارے میں سمجھنے والی پہلی بات یہ ہے کہ یہ ایک سائنس ہے۔ یہ بہت عملیت پسندانہ اور تجربی ہے۔ یہ سائنس کے تمام معیارات پر پورا اترتا ہے۔ درحقیقت جسے تم سائنس کہتے ہو' وہ اک ذرا پرے ہے کیونکہ سائنس معروضی اشیاء پر غور کرتی ہے۔ جبکہ یوگا کہتا ہے: جب تک تم داخل کو نہیں سمجھو گے' جو کہ تمہاری فطرت ہے' تم سے قریب ترین ہے' تو تم معروض کو کیونکر سمجھ سکتے ہو؟ اگر تم اپنے آپ کو نہیں سمجھتے ہو تو جو کچھ بھی تم جانتے ہو' سب غلط ہوگا' اس کی وجہ یہ ہے کہ بنیاد ہی غلط ہے۔ تم مغالطے کا شکار ہو۔ اگر تم اندر سے روشن نہیں ہوتے ہو' تو باہر تم خواہ کوئی بھی روشنی اٹھائے پھرو' اس سے تمہیں کچھ مدد نہیں

ملنے کی۔ اگر تم روشنی اندر کرو گے تو پھر کوئی خوف نہیں ہوگا۔ تاریکی کو باہر ہی رہنے دو' تمہاری روشنی تمہارے لیے کافی ہے۔ یہ تمہارے راستے کو روشن کر دے گی۔

مابعدالطبیعیات کام نہیں آتی' یہ تو الجھاتی ہے۔

ایسا ہو چکا ہے۔ جب میں یونیورسٹی میں پڑھ رہا تھا تو میں نے اخلاقی فلسفے کا مضمون لے لیا۔ میں نے پروفیسر کا صرف پہلا لیکچر ہی سنا۔ میں یقین نہیں کر سکا کہ کوئی انسان اس قدر فرسودہ ہو سکتا ہے۔ وہ تقریباً سو سال پرانی باتیں کر رہا تھا' اس طرح' جیسے وہ اس سے بے خبر ہو کہ اخلاقی فلسفے میں کتنی پیشرفت ہو چکی ہے۔ خیر' اس بات کو معاف کیا جا سکتا تھا۔ وہ نہایت بیزار کر دینے والا شخص تھا۔ ایسا لگتا تھا جیسے وہ تمہیں بیزار کرنے کی کوششیں کر رہا ہو۔ تاہم یہ بھی کوئی بڑا مسئلہ نہیں تھا' میں سو سکتا تھا! لیکن وہ غصہ دلانے والا بھی تھا — اس کی آواز' اس کے انداز ...... خیر اس کا عادی بھی ہوا جا سکتا تھا۔ وہ بہت الجھا ہوا تھا۔ درحقیقت میں کبھی کسی ایسے شخص سے نہیں ملا' جس میں اتنی بہت سی "خوبیاں" یکجا ہو گئی ہوں۔

میں پھر کبھی اس کی کلاس میں نہیں گیا۔ بلاشبہ وہ اس بات پر ضرور مشتعل ہوا ہوگا' تاہم اس نے کبھی کچھ کہا نہیں۔ وہ اپنے وقت کا انتظار کرتا رہا' کیونکہ وہ جانتا تھا کہ ایک روز مجھے امتحان میں بیٹھنا تو ہوگا۔ میں امتحان میں بیٹھا۔ وہ اس پر اور بھی مشتعل ہوا۔ کیونکہ میں نے 95 فیصد نمبر حاصل کیے تھے۔ وہ اس پر یقین نہیں کر سکتا تھا۔ ایک روز میں یونیورسٹی کیفے ٹیریا سے باہر آ رہا تھا اور وہ اندر جا رہا تھا۔ اس نے مجھے روکا اور بولا: "سنو! تم نے یہ کیسے کیا؟ تم نے میرا صرف ایک لیکچر سنا تھا اور دو سال تک میں نے تمہاری شکل تک نہیں دیکھی۔ آخر تم نے 95 فیصد نمبر کس طرح حاصل کر لیے؟"

میں نے کہا: ایسا ضرور آپ کے پہلے لیکچر کی وجہ سے ہوا ہوگا۔"

وہ الجھا ہوا سا دکھائی دینے لگا۔ اس نے کہا: "میرا پہلا لیکچر! صرف ایک لیکچر سے؟ مجھے بے وقوف بنانے کی کوشش مت کرو۔ مجھے سچ سچ بتاؤ۔" میں نے کہا: "تہذیب اس کی اجازت نہیں دیتی۔"

اس نے کہا: "سب تہذیب وہذیب کو چھوڑو۔ بس مجھے حقیقت بتا دو۔ میں

محسوس نہیں کروں گا۔''

میں نے کہا: ''میں نے آپ کو حقیقت بتا تو دی ہے لیکن آپ اسے سمجھے نہیں۔ اگر میں آپ کا لیکچر نہ سنتا تو 100 فیصد نمبر حاصل کرتا۔ آپ نے مجھے چکرا دیا تھا' اسی وجہ سے میں 5 فیصد نمبر کھو بیٹھا!''

مابعد الطبیعیات' فلسفہ سب دورازکار افکار تمہیں صرف چکرا دیتے ہیں۔ یہ تمہیں کہیں نہیں لے جاتے۔ یہ تمہارے ذہن کو انتشار سے بھر دیتے ہیں۔ یہ تمہیں سوچنے کو بہت زیادہ دیتے ہیں لیکن یہ تمہیں زیادہ آگاہ ہونے میں کوئی مدد نہیں دیتے۔ سوچنے سے کچھ حاصل نہیں ہوتا: جب تم سوچ رہے ہوتے ہو' اس وقت تمہارا سروکار خیالات سے زیادہ ہوتا ہے۔ جب تم مراقبہ کر رہے ہوتے ہو' اس وقت تمہارا سروکار آگہی کی اہلیت سے زیادہ ہوتا ہے۔

فلسفے کا سروکار ذہن سے ہے' یوگا کا شعور سے۔ ذہن وہ ہے کہ جس سے تم آگاہ ہو سکتے ہو: تم اپنی سوچ کا مشاہدہ کر سکتے ہو' تم اپنے خیال کو گزرتے ہوئے دیکھ سکتے ہو' تم اپنے حرکت کرتے ہوئے احساسات کا نظارہ کر سکتے ہو' تم خوابوں کو بادلوں کی طرح تیرتا ہوا دیکھ سکتے ہو۔ وہ دریا کی طرح رواں رہتے ہیں' یہ ایک تسلسل ہے۔ جو اس کا مشاہدہ کر سکتا ہے' وہ شعور ہے۔

یوگا کی ساری کوشش اسے حاصل کرنا ہے' جسے پست کر کے ایک شے نہیں بنایا جا سکتا' جس کو گھٹایا نہیں جا سکتا' صرف تمہاری داخلیت بننے کے لیے۔ تم اسے دیکھ نہیں سکتے' کیونکہ یہ تو دیکھنے والا ہے۔ تم اسے گرفت میں نہیں رکھ سکتے' کیونکہ جو کچھ تم گرفت کر سکتے ہو وہ تمہارا نہیں ہوتا۔ چونکہ تم اسے گرفت کر سکتے ہو' صرف اسی لیے یہ تم سے الگ ہو جاتا ہے۔ یہ شعور' جو کہ ہمیشہ گریزاں ہوتا ہے اور ہمیشہ پرے کھڑا ہوتا ہے اور جتنی تم کوشش کرتے ہو' سب ناکام ہو جاتی ہیں...... اس شعور کو پانے کی ۔۔ اس شعور کو کیسے پایا جائے ۔۔ یہی سب تو یوگا ہے۔

یوگی بننا' وہ بننا ہے' جو کہ تم بن سکتے ہو۔ یوگا ایک سائنس ہے' ثبات کے قابل شے کو ثبات دینے کی اور تبدیلی کے قابل شے کو تبدیل کرنے کی۔ یوگا بانٹنے کی سائنس ہے

کہ جو تم ہو اور جو تم نہیں ہو' ایسی واضح تقسیم عمل میں لانا تا کہ تم اعلیٰ ترین شفافیت کے ساتھ اپنے آپ کو دیکھ سکو۔ جب تم ایک مرتبہ اپنی فطرت کو دیکھ لیتے ہو' کہ تم ہو کون' تو ساری دنیا تبدیل ہو جاتی ہے۔ تب تم دنیا میں جی سکتے ہو' دنیا تم کو راہ سے نہیں بھٹکائے گی۔ تب کوئی شے تمہیں راہ سے نہیں بھٹکا سکتی' تم مجتمع ہو گئے ہوتے ہو۔ تب تم جہاں چاہو جا سکتے ہو اور تم بے حرکت ہی رہو گے' اس کی وجہ یہ ہے کہ تم نے ابدیت کو چھو لیا ہے' جو کبھی حرکت نہیں کرتی' جو ناقابل تغیر ہے۔

آج ہم پتانجلی کی ''یوگا سوترا'' کا تیسرا مرحلہ ''وبھوتی پد'' شروع کریں گے۔ یہ بہت اہم مرحلہ ہے کیونکہ آخری مرحلہ ''کیولیہ پد'' پھل حاصل کرنا ہوگا۔ جہاں تک ذرائع کا' تکنیکوں کا' طریقوں کا سوال ہے تو یہ تیسرا مرحلہ ''وبھوتی پد'' آخری ہے۔ چوتھا مرحلہ ساری کوشش کا صرف ماحصل ہوگا۔ کیولیہ کا مطلب ہوتا ہے تنہائی' تنہا ہونے کی مطلق آزادی' کسی شخص' کسی شے پر انحصار نہیں۔ تم بے حد مطمئن ہو جاؤ گے۔ یہی یوگا کا مقصد ہے۔ چوتھے مرحلے میں ہم صرف حاصلات کے بارے میں بات کریں گے' اگر تم نے تیسرے مرحلے کو گنوا دیا تو تم چوتھے مرحلے کو نہیں سمجھ سکو گے۔ تیسرا مرحلہ بنیاد ہے۔

اگر پتانجلی کی ''یوگا سوترا'' کا چوتھا باب ضائع ہو جاتا تو کچھ بھی ضائع نہ ہوتا کیونکہ جو کوئی بھی تیسرے مرحلے تک پہنچ جاتا' وہ چوتھے تک خود بخود رسائی پا لیتا۔ چوتھے کو چھوڑا جا سکتا ہے۔ درحقیقت یہ ایک اعتبار سے غیر ضروری ہے کیونکہ یہ اختتام کی' منزل کی بات کرتا ہے۔ جو شخص بھی راستے پر چلتا ہے' منزل پر پہنچ جاتا ہے' اس حوالے سے بات کرنے کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔ پتانجلی تمہاری مدد کرنے کے لیے اس کے حوالے سے بات کرتا ہے' کیونکہ تمہارا ذہن جاننا پسند کرتا ہے: ''تم کہاں جا رہے ہو؟ تمہاری منزل کونسی ہے؟ تمہارا ذہن قائل ہونا پسند کرتا ہے جبکہ پتانجلی اعتماد' عقیدے' یقین میں ایمان نہیں رکھتا ہے۔ وہ خالص سائنس دان ہے۔ وہ تو منزل کی فقط ایک جھلک دکھا دیتا ہے۔ تاہم کُل بنیاد' کُل اساس تیسرے مرحلے میں ہے۔

اب تک ہم وبھوتی پد کی تیاری کر رہے تھے۔ اب تک کے دو ابواب میں ہم مددگار ذرائع پر گفتگو کرتے رہے ہیں' تاہم وہ ذرائع خارجی تھے۔ پتانجلی انہیں ''باہرنگ''

کہتا ہے یعنی ''جو محیط پر ہو۔'' اب یہ تینوں — دھرنا' دھیان' سمادھی — ارتکاز' مراقبہ' سمادھی — وہ ان تینوں کو انترنگ (داخلی) کہتا ہے۔ پہلے پانچ تمہیں تیار کرتے ہیں' تمہارے جسم' تمہارے کردار کو — گویا تمہیں تمہارے محیط پر تیار کرتے ہیں' — تا کہ تم اندر کو سفر کر سکو۔ پتانجلی مرحلہ وار چلتا ہے: یہ ایک تدریجی سائنس ہے۔ یہ اچانک حاصل ہونے والی روشنی نہیں ہے' یہ ایک تدریجی راستہ ہے۔ وہ قدم بہ قدم تمہیں لے چلتا ہے۔

☆☆☆

پہلا سوترا:

دھرنا' ارتکاز' ذہن کو مراقبے والی معروضی شے پر مرکوز کرنا۔

معروض' موضوع اور ماورا — ان تینوں کو یاد رکھنا ہوگا۔ تم مجھے دیکھتے ہو' میں معروض ہوں۔ جو شخص مجھے دیکھ رہا ہے' وہ موضوع ہے۔ اگر تم اک ذرا زیادہ آگاہ ہو جاؤ تو تم اپنے آپ کو مجھے تکتا ہوا دیکھ سکتے ہو' یہ ماورا ہے۔ تم اپنے آپ کو مجھے تکتا ہوا دیکھ سکتے ہو۔ ذرا کوشش تو کرو۔ میں معروض ہوں' تم مجھے دیکھ رہے ہو۔ تم موضوع ہو' جو کہ مجھے دیکھ رہا ہے۔ تم اپنے اندر ایک طرف کھڑے ہو سکتے ہو۔ تم دیکھ سکتے ہو کہ تم مجھے دیکھ رہے ہو۔ یہی ماورا ہے۔

اوّل' انسان کو معروضی شے پر توجہ مرکوز کرنا پڑتی ہے۔ ارتکاز کا مطلب ہے ذہن کو تنگ کرنا۔

عمومی طور پر ذہن مسلسل متحرک ہوتا — ایک ہزار ایک خیالات آ جا رہے ہوتے ہیں' ہجوم کی طرح' انبوہ کے مانند۔ معروضی اشیاء بہت سی ہوں تو تم الجھ جاتے ہو' منتشر ہو جاتے ہو۔ بہت سی معروضی اشیاء ہوں تو تم بیک وقت تمام سمتوں میں حرکت کر رہے ہوتے ہو۔ بہت سی معروضی اشیاء ہوں تو تم تقریباً ہمیشہ پاگل پن کی حالت میں ہوتے ہو' گویا تمہیں ہر سمت سے کھینچا جا رہا ہو اور ہر شے نامکمل ہو۔ تم بائیں کو جاتے ہو' اور کوئی شے تمہیں دائیں کو کھینچ لیتی ہے۔ تم جنوب کو جاتے ہو اور کوئی شے تمہیں شمال کو کھینچ لیتی ہے۔ تم کبھی کہیں نہیں جاتے' تم صرف انتشار زدہ توانائی ہوتے ہو' ایک گرداب' مستقل افراتفری' اضطراب و اندیشگی۔

یہ ہوتی ہے عمومی ذہن کی حالت — اتنی زیادہ معروضی اشیاء کہ موضوعیت ان کے پیچھے تقریباً چھپ جاتی ہے۔ تمہیں احساس نہیں ہو سکتا ہے کہ تم کون ہو' اس کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ تم اتنی زیادہ اشیاء میں اس قدر منہمک ہوتے ہو کہ تمہیں اپنے آپ میں دیکھنے کی مہلت ہی نہیں ملتی۔ رہیں معروضی اشیاء — تو وہ مستقل طور پر توجہ کی طالب رہتی ہیں' ہر سوچ توجہ چاہتی ہے' مجبور کرتی ہے کہ اسی کی طرف توجہ دی جانی چاہیے۔ یہ ہے عمومی ذہن کی حالت۔ یہ تقریباً پاگل پن ہوتا ہے۔

حقیقت میں پاگلوں کو ان لوگوں سے الگ کرنا ٹھیک نہیں ہے' جو پاگل نہیں ہوتے۔ فرق تو صرف درجوں کا ہوتا ہے۔ فرق کیفیت کا نہیں ہے' فرق کمیت کا ہے۔ ہو سکتا ہے تم 99 فیصد پاگل ہو اور ممکن ہے وہ اس سے آگے چلا گیا ہو — 101 فیصد۔ بس اپنے آپ کو دیکھو۔ بہت مرتبہ تم غصے میں حد کو پار کر جاتے ہو' تم پاگل ہو جاتے ہو — تم وہ کچھ کرنے لگتے ہو' جس کا کہ تم تصور بھی نہیں کر سکتے ہو۔ تم وہ کچھ کرنے لگتے ہو' جس پر تمہیں بعد میں ندامت اور شرمندگی ہوتی ہے۔ تم وہ کچھ کرنے لگتے ہو' کہ بعد میں پوچھتے ہو: ''کیا میں نے ہی ایسا کیا تھا۔'' تم کہتے ہو: ''...... مجھے یوں لگتا ہے جیسے کسی نے مجھے مجبور کر دیا تھا' جیسے میں کسی شے سے مغلوب ہو گیا تھا۔ کسی بری روح نے' شیطان نے مجھے ایسا کرنے پر مجبور کر دیا تھا۔ میں تو ایسا کبھی بھی نہیں کرنا چاہتا تھا۔'' بہت مرتبہ تم حد کو پار کر جاتے ہو' تاہم تم بار بار واپس آ جاتے ہو' واپس اپنے پاگل پن کی نارمل حالت میں۔

جا کر کسی پاگل کو تو دیکھو۔ لوگ ہمیشہ کسی پاگل کو دیکھنے سے خوف کھاتے ہیں' اس کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ پاگل کو دیکھتے ہوئے' دفعتاً تمہیں اپنے پاگل پن کا بھی ادراک ہوتا ہے۔ یہ ایک دم رونما ہوتا ہے' کیونکہ تم دیکھ سکتے ہو کہ فرق صرف درجوں کا ہے۔ وہ تم سے اک ذرا آگے چلا گیا ہے' تاہم تم ہمیشہ اس کے پیچھے پیچھے آگے بڑھ رہے ہوتے ہو' تم بھی اسی قطار میں کھڑے ہوتے ہو۔

ایک مرتبہ ولیم جیمز ایک پاگل خانے گیا۔ واپس آیا تو بہت اداس تھا۔ گھر آتے ہی کمبل لپیٹ لیا۔ بیوی سمجھ نہیں سکی۔ اس نے پوچھا: ''تم اتنے اداس کیوں ہو؟'' — وہ ایک مسرور آدمی جو تھا۔

وہ بولا: ''میں پاگل خانے گیا ہوا تھا۔ اچانک میرے ذہن میں خیال آیا کہ ان لوگوں میں اور مجھ میں بہت زیادہ فرق دکھائی نہیں دیتا۔ ایک فرق ہے تو سہی' مگر وہ اتنا بڑا نہیں ہے۔ میں بعض اوقات حد پار بھی کر جاتا ہوں۔ بعض اوقات غصے میں' بعض اوقات شہوت میں' بعض اوقات اضطراب میں' افسردگی میں۔ میں بھی حد کو پار کر چکا ہوں۔ واحد فرق یہ دکھائی دیتا ہے کہ وہ وہیں رہ گئے ہیں اور واپس نہیں آ سکتے' جبکہ میں اب بھی اک ذرا لچک دار ہوں اور واپس آ سکتا ہوں۔ مگر کون جانے؟ ہو سکتا ہے کسی روز لچک کھو جائے۔ پاگل خانے میں موجود پاگلوں کو دیکھتے ہوئے مجھے آگاہی ہوئی کہ وہ میرا مستقبل ہیں۔ پس میں بہت زیادہ افسردہ و اداس ہو گیا۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ جس راستے پر میں چل رہا ہوں' جلد یا بدیر ان تک پہنچ جاؤں گا۔''

بس اپنے آپ کو دیکھو۔ جا کر کسی پاگل کا مشاہدہ کرو۔ پاگل خود ہی بولے جا رہا ہوتا ہے۔ تم بھی بول رہے ہو۔ تم غیر مرئی انداز میں بولتے ہو' بہت بلند نہیں' تاہم اگر کوئی شخص تمہیں ٹھیک سے دیکھے تو وہ تمہارے ہونٹوں کو ہلتا ہوا دیکھ سکتا ہے۔ حد تو یہ ہے کہ اگر ہونٹ نہ بھی ہل رہے ہوں تو تم اندر بول رہے ہوتے ہو۔ پاگل اک ذرا اونچا بولتا ہے' تم اک ذرا دھیما بولتے ہو۔ فرق کیفیت کا ہے۔ کون جانے؟ کسی دن تم اونچا بول سکتے ہو۔ ذرا کسی سڑک کے کنارے کھڑے ہو کر دفتروں سے آتے ہوئے یا دفتروں کو جاتے ہوئے لوگوں کا مشاہدہ کرو۔ تم محسوس کرو گے کہ ان میں سے بہت سے لوگ اندر بول رہے ہیں' اشارے کرتے ہوئے۔

حد تو یہ ہے کہ تمہاری مدد کرنے والے لوگ — یعنی نفسیات داں — بھی اسی کشتی کے سوار ہیں۔ حقیقت میں کسی بھی دوسرے پیشے کے لوگوں سے زیادہ نفسیات داں پاگل ہو جاتے ہیں۔ پاگل ہو جانے میں کوئی دوسرا پیشہ نفسیات دانوں کا مقابلہ نہیں کر سکتا۔ ایسا شاید اس وجہ سے ہوتا ہے کہ پاگلوں کے ساتھ ایک ہی جگہ رہتے رہتے' رفتہ رفتہ وہ پاگل ہونے سے ''بے خوف'' ہو جاتے ہیں — رفتہ رفتہ خلا پُر ہو جاتا ہے۔

میں نے حکایت پڑھی تھی' وہ تمہیں سناتا ہوں:

ایک آدمی ڈاکٹر کے پاس اپنا معائنہ کروانے گیا۔ ڈاکٹر نے اس سے

پوچھا: ''کیا تمہیں آنکھوں کے سامنے دھبے نظر آتے ہیں؟''

''جی' ڈاکٹر صاحب۔''

''سر میں اکثر درد رہتا ہے؟'' ڈاکٹر نے پوچھا۔

''ہاں'' مریض نے کہا۔

''کمر میں درد ہوتا ہے؟''

''یس سر۔''

''ایسا ہی مجھے بھی ہوتا ہے۔'' ڈاکٹر نے کہا۔ ''میں سوچتا ہوں یہ کونسی بیماری ہو سکتی ہے۔''

ڈاکٹر اور مریض' سب ایک ہی کشتی میں سوار ہیں۔ کوئی نہیں جانتا ہے کہ بیماری کیا ہے۔

مشرق میں ہم نے کبھی نفسیات داں کا پیشہ تخلیق نہیں کیا۔ اس کی ایک خاص وجہ ہے۔ ہم نے ایک بالکل مختلف قسم کا انسان تخلیق کیا ہے — یوگی۔ تھیراپسٹ نہیں — یوگی۔ یوگی ایسا انسان ہوتا ہے جو تم سے کیفیتی اعتبار سے مختلف ہوتا ہے۔ نفسیات داں وہ ہوتا ہے جو تم سے کیفیتی اعتبار سے مختلف نہیں ہوتا۔ وہ کسی طور مختلف نہیں ہوتا۔ واحد فرق یہ ہے کہ وہ تمہارے اور اپنے پاگل پن کے بارے میں تم سے زیادہ جانتا ہے۔ وہ پاگل پن' دیوانگی' نیوروسس' سائیکوسس کے بارے میں تم سے زیادہ جانتا ہے۔ وہ دانش ورانہ اعتبار سے انسانی ذہن کی نارمل حالت کو بہت زیادہ جانتا ہے' تاہم وہ مختلف نہیں ہوتا ہے۔ یوگی ایک بالکل مختلف انسان ہوتا ہے' کیفیتی اعتبار سے۔ وہ اس پاگل پن سے باہر ہوتا ہے' جس میں تم ہو۔ وہ تو اس سے پیچھا چھڑا چکا ہے۔

تم مغرب میں انسانیت کی مدد کرنے کے لیے جس طرح وجوہات تلاش کر رہے ہو' وسائل اور ذرائع ڈھونڈ رہے ہو' ایسا لگتا ہے کہ عین ابتداء ہی میں تم سے غلطی ہو چکی ہے۔ تم ہنوز باہر وجوہات تلاش کر رہے ہو — جبکہ وجوہات تو اندر ہیں۔ وجوہات باہر نہیں ہیں' تعلق داری میں نہیں ہیں' دنیا میں نہیں ہیں' وہ اندر گہرائی میں تمہارے لاشعور میں ہیں۔

وہ تمہاری خیالوں میں نہیں ہیں، وہ تمہارے خوابوں میں نہیں ہیں۔ خوابوں اور خیالوں کا تجزیہ زیادہ مددگار نہیں ہوتا ہے۔ زیادہ سے زیادہ یہ تمہیں نارمل انداز میں ابنارمل (Normally Abnormal) بنا دیتا ہے، اس سے زیادہ کچھ نہیں۔ بنیادی وجہ یہ ہے کہ تم ٹریفک سے، ذہن کے ٹریفک کے شور سے باخبر نہیں ہو، کہ تم الگ، دور، پرے نہیں ہو— کہ تم پہاڑی پر تماشائی کی طرح کھڑے نہیں ہو سکتے۔ جب تم ایک مرتبہ غلط سمت میں وجہ ڈھونڈنے لگو تو تم کیس ہسٹریوں پہ کیس ہسٹریوں کے انبار لگا سکتے ہو۔ جیسا کہ مغرب میں ہو رہا ہے۔

تحلیل نفسی کیس ہسٹریوں پہ کیس ہسٹریوں کا انبار لگا سکتی ہے...... اور اس سے کچھ بھی حاصل ہوتا دکھائی نہیں دیتا۔ تم پہاڑ کو کھود سکتے ہو اور اس سے ایک چوہا بھی نہیں نکلے گا۔ تم سارا پہاڑ کھود سکتے ہو— اس سے کچھ بھی تو نہیں نکلے گا۔ تاہم تم کھدائی کے ماہر بن جاتے ہو اور تمہاری زندگی اس میں ایک سرمایہ کاری بن جاتی ہے، تم اس کے لیے جواز ڈھونڈتے رہتے ہو۔ ہمیشہ یاد رکھو، اگر ایک مرتبہ تم درست سمت میں دیکھنے سے چوک گئے تو تم لامحدودیت تک جا سکتے ہو— تم گھر کبھی واپس نہیں آؤ گے۔

ایسا ہوا ہے:

دو آئرش نیویارک آئے۔ وہ پہلی مرتبہ وہاں آئے تھے لہٰذا انہوں نے ٹرین پر سفر کرنے کا فیصلہ کیا۔ سٹیشن پر انہیں ایک لڑکا پھل بیچتا نظر آیا۔ انہوں نے سنگتروں اور سیبوں کو پہچان لیا، تاہم ایک پھل ایسا تھا، جسے انہوں نے پہلے کبھی نہیں دیکھا تھا۔ پس انہوں نے لڑکے سے پوچھا: ''یہ کیا ہے؟''

اس نے جواب دیا: ''یہ کیلا ہے۔''

''کیا یہ کھانے میں اچھا ہوتا ہے؟''

''اس نے کہا: ''بالکل۔''

انہوں نے پوچھا: ''تم اسے کس طرح کھاتے ہو؟''

لڑکے نے انہیں کیلا چھیل کر دکھایا۔ انہوں نے ایک ایک کیلا خرید لیا

اور ٹرین میں سوار ہو گئے۔ جونہی ایک آئرش نے کیلے کو کھانا شروع کیا، ٹرین ایک سرنگ میں داخل ہو گئی۔

وہ بولا: ''خدا کی پناہ! دوست، اگر تم نے ابھی اس منحوس شے کو نہیں کھایا ہے تو اب کھانا بھی نہیں۔ میں تو اسے کھاتے ہی اندھا ہو گیا ہوں۔''

اتفاقات وجوہات نہیں ہوتے۔ مغربی نفسیات اتفاقات کو ڈھونڈ رہی ہے۔ کوئی شخص اداس ہے۔ تم فوراً اتفاق کو ڈھونڈنے لگتے ہو کہ وہ ''کیوں'' اداس ہے۔ ضرور اس کے بچپن میں کوئی بات غلط ہوگی۔ ضرور اس کی پرورش میں کوئی غلطی ہوئی ہوگی۔ ضرور ماں یا باپ اور بچے کے تعلق میں کوئی گڑبڑ ہوگی۔ کچھ نہ کچھ گڑبڑ ضرور ہوگی — ماحول خراب ہوگا۔ تم اتفاقات کو ڈھونڈ رہے ہو۔

وجوہات اندر ہوتی ہیں، اتفاقات باہر ہوتے ہیں۔ یوگا کا بنیادی اصرار یہی ہے، کہ اب تم غلط دیکھ رہے ہو اور تم کبھی حقیقی مدد حاصل نہیں کر پاؤ گے۔ تم اداس ہو کیونکہ تم جانتے نہیں ہو۔ تم ناخوش ہو کیونکہ تم جانتے نہیں ہو۔ تم دکھی ہو کیونکہ تم جانتے نہیں ہو کہ تم کون ہو۔ سب کچھ محض اتفاق ہے۔

اندر گہرائی میں دیکھو۔ تم دکھی ہو کیونکہ تم اپنے آپ کو نظر انداز کر رہے ہو، تم ابھی تک اپنے آپ سے ملے نہیں ہو۔ پہلا کام جو کرنے کا ہے، وہ ہے ''دھرنا''۔ ذہن میں بہت زیادہ معروضی اشیاء ہیں، ذہن حد سے زیادہ بھرا ہوا ہے۔ ان معروضی اشیاء کو ایک ایک کر کے جھٹک دو، اپنے ذہن کو تنگ کرو، اسے وہاں تک لے جاؤ کہ صرف ایک معروضی شے باقی رہ جائے۔

کیا تم نے کبھی کسی شے پر ارتکاز کیا ہے؟ ارتکاز کا مطلب ہے کہ تمہارا سارا ذہن ایک ہی شے پر مرتکز ہے۔ ایک گلاب کے پھول پر۔ تم نے گلاب کا پھول بہت مرتبہ دیکھا ہوا ہے، تاہم تم نے کبھی گلاب کے پھول پر ارتکاز نہیں کیا۔ اگر تم گلاب کے پھول پر ارتکاز کرو تو گلاب کا پھول پوری دنیا بن جاتا ہے۔ تمہارا ذہن تنگ ہو جاتا ہے، ایک ٹارچ کی روشنی کی طرح، اور گلاب بڑا اور بڑا اور بڑا ہو جاتا ہے۔ گلاب لاکھوں اشیاء میں سے

ایک تھا' تب وہ ایک بہت چھوٹی سی شے تھا۔ اب وہ سب ہے' کُل ہے۔

اگر تم ایک گلاب پر ارتکاز کر سکتے ہو' تو گلاب ایسی صفات بے نقاب کرے گا' جنہیں تم نے پہلے کبھی نہیں دیکھا ہوگا۔ وہ ایسے رنگ عیاں کرے گا جنہیں تم ہمیشہ نظر انداز کرتے رہے ہو۔ وہ تم پر ایسی خوشبوئیں عیاں کرے گا کہ جو ہمیشہ وہاں تھیں لیکن تم ہی اتنے حساس نہیں تھے کہ انہیں پہچان سکتے۔ اگر تم کامل ارتکاز کرو تو تمہاری ناک صرف گلاب کی خوشبو سے بھر جائے گی — ہر شے منہا ہو جائے گی' صرف گلاب تمہارے شعور میں شامل ہوگا۔ ہر شے خارج ہو جاتی ہے' ساری دنیا منہا ہو جاتی ہے' صرف گلاب تمہاری دنیا بن جاتا ہے۔

بدھ ادب میں ایک دلچسپ کہانی موجود ہے:

ایک مرتبہ گوتم بدھ نے اپنے چیلے سری پترا سے کہا: ''ہنسی پر ارتکاز کرو۔'' اس نے پوچھا: ''میں کیا دیکھنے کے لیے ایسا کروں؟'' گوتم بدھ نے کہا: ''تمہیں خاص طور پر کسی شے کو نہیں دیکھنا ہے۔ تم تو بس ہنسی پر ارتکاز کرو اور ہنسی تم پر جو کچھ عیاں کرے' تم بیان کرو۔''

سری پترا نے بیان کیا۔ پہلے کبھی کسی نے اور نہ بعد میں کسی نے ہنسی پر اتنا غور کیا ہے۔ سری پترا نے ہنسی کو چھ زمروں میں بانٹا ہے۔ ''وہ ترتیب وار ہیں' سب سے اعلیٰ ہنسی سے لے کر انتہائی حیاتی اور غیر لطیف ہنسی تک۔'' ہنسی نے سری پترا پر اپنی داخلی ہستی عیاں کر دی۔

پہلی کو اس نے ''سیتا'' کا نام دیا — ''ایک سایہ سا' صرف چہرے کی نازک ترین حالت میں رونما ہونے والی تقریباً دکھائی نہ دینے والی مسکراہٹ۔'' اگر تم بے حد چوکس ہو تو ''سیتا'' کو دیکھ سکتے ہو۔ اگر تم گوتم بدھ کے چہرے کو دیکھو تو تم سیتا کو اس پر دیکھ سکو گے۔ یہ بہت نفیس ہوتی ہے' بہت لطیف۔ اگر تم بے حد مرتکز ہو تو صرف تبھی تم اسے دیکھ سکو گے' وگرنہ تم اسے گنوا دو گے' اس کی وجہ یہ ہے کہ یہ صرف ایک اشارہ سا ہوتی ہے۔ حد تو یہ ہے کہ ہونٹ تک نہیں ہلتے۔ درحقیقت کوئی دکھائی دینے والی شے ہوتی ہی نہیں ہے' یہ ہنسی دکھائی نہ دینے والی ہوتی ہے۔ شاید اسی وجہ سے عیسائیوں کا خیال ہے کہ حضرت عیسیٰؑ کبھی

ہنستے نہیں تھے: شاید وہ ''سیتا'' رہی ہو۔ کہا جاتا ہے کہ سری پترا نے سیتا گوتم بدھ کے چہرے پر پائی تھی۔ یہ شاذ ہوتی ہے۔ یہ شاذ ہوتی ہے کیونکہ یہ انتہائی لطیف شے ہے۔ جب تمہاری روح اعلیٰ ترین سطح پر پہنچتی ہے صرف تبھی سیتا رونما ہوتی ہے۔ تب یہ تمہاری کوشش سے نہیں بلکہ خود بخود رونما ہوتی ہے۔ یہ ہر ایسے شخص کے لیے موجود ہوتی ہے جو اتنا حساس' اتنا مرتکز ہوتا ہے کہ اسے دیکھ سکتا ہے۔

دوم' سری پترا نے کہا: ''ہسیتا'' — ''ایک مسکراہٹ' جس میں ہونٹ ذرا سا حرکت کرتے ہیں اور بمشکل ہونٹوں کے سروں کو نمایاں کرتے ہیں۔'' سوم' ''وہاسیتا'' — ''ایک واضح مسکراہٹ مع تھوڑی سی ہنسی کے۔'' چہارم' ''اُپ ہسیتا'' — ''اونچی آواز والی ہنسی' جس کے ساتھ سر' کندھے اور بازو ہلتے ہیں۔'' پنجم' ''اَپ ہسیتا'' — ''ایسی اونچی ہنسی جس کے ساتھ آنسو بہتے ہیں۔'' ششم' ''اتی ہسیتا'' — ''انتہائی زوردار' گرجدار ہنسی' جس میں سارا بدن ہلتا ہے' انسان پر دورہ سا پڑ جاتا ہے۔''

جب تم ہنسی جیسی کسی معمولی سی شے پر ارتکاز کرتے ہو تو وہ ایک حیرت ناک' بہت بڑی شے بن جاتی ہے — ساری دنیا۔

ارتکاز تم پر ایسی باتیں عیاں کرتا ہے' جو عام طور پر عیاں نہیں ہوتیں۔ عام طور پر تم بہت لاپروایانہ موڈ میں جیتے ہو۔ تم یوں جیتے ہو گویا نیم خوابیدہ ہو — دیکھتے ہوئے اور بہر حال نہ دیکھتے ہوئے' سنتے ہوئے اور بہر کیف نہ سنتے ہوئے۔ ارتکاز توانائی کو تمہاری آنکھوں تک لے آتا ہے۔ اگر تم مرتکز ذہن کے ساتھ کسی شے کو دیکھو تو ہر شے منہا ہو جاتی ہے' دفعتاً وہ معمولی سی شے ایسا بہت کچھ عیاں کرتی ہے جو ہمیشہ موجود تھا' انتظار کرتے ہوئے۔

ساری سائنس ارتکاز ہے۔ کسی سائنس دان کو کام کرتے ہوئے دیکھو' وہ ارتکاز میں ہوتا ہے۔

پاسچر کی ایک کہانی بڑی مشہور ہے۔

وہ کام میں منہمک تھا۔ وہ خوردبین سے اتنی خاموشی کے ساتھ' بے حرکت ہو کر کسی شے کا معائنہ کر رہا تھا کہ ایک ملاقاتی وہاں آ کر دیر سے منتظر بیٹھا تھا اور اپنی موجودگی

سے اسے آگاہ کرتے ہوئے گھبرا رہا تھا کہ کہیں وہ ڈسٹرب نہ ہو جائے۔ جب پاچر ارتکاز سے نکلا تو اس نے ملاقاتی سے پوچھا: ''تم کب سے یہاں انتظار کر رہے ہو؟ تم نے مجھے بتا کیوں نہیں دیا؟''

اس نے کہا: میں نے کئی مرتبہ تمہیں بتانا چاہا — درحقیقت میں جلدی میں تھا۔ مجھے کسی جگہ پہنچنا تھا جبکہ تمہیں بھی ایک پیغام پہنچانا تھا' لیکن تم اتنے گہرے ارتکاز میں تھے — تقریباً ایسے جیسے عبادت کر رہے ہو — کہ میں تمہیں ڈسٹرب نہیں کر سکا۔ تمہارا ارتکاز مقدس تھا۔''

پاچر نے کہا: ''تم درست کہتے ہو۔ یہ میری عبادت ہے۔ جب بھی میں بہت زیادہ پریشان ہوتا ہوں اور جب بھی خیالات کا زور ہوتا ہے' میں اپنی خوردبین سنبھال لیتا ہوں۔ میں اس سے دیکھتا ہوں — اور فی الفور' پرانی دنیا غائب ہو جاتی ہے۔ میں مرتکز ہو جاتا ہوں۔''

ایک سائنس دان کا سارا کام ہی ارتکاز ہے — اس بات کو یاد رکھنا۔ سائنس یوگا کی طرف پہلا مرحلہ بن سکتی ہے کیونکہ ارتکاز یوگا کا پہلا داخلی مرحلہ ہے۔ ہر سائنس دان' اگر وہ ٹھہراؤ کا شکار نہیں ہو جاتا ہے اور آگے بڑھتا رہتا ہے' یوگی بن جاتا ہے۔ وہ راستے پر ہوتا ہے کیونکہ وہ پہلی شرط کو پورا کر رہا ہے: ارتکاز۔

''دھرنا' ارتکاز' ذہن کو مراقبے والی معروضی شے تک محدود کرنا۔''

☆☆☆

دھیان' معروضی شے کی طرف سوچ کا بے روک بہاؤ۔

اوّل' ارتکاز' اشیاء کے انبار کو پرے کر کے ایک شے کو چننا۔ جب ایک مرتبہ تم ایک شے کو چن لیتے ہو اور ایک ہی شے کو شعور میں رکھنے پر قادر ہو جاتے ہو تو ارتکاز پیدا ہو جاتا ہے۔ اب دوسرا مرحلہ ہے' معروضی شے کی سمت شعور کا بے روک بہاؤ۔ اس طرح جیسے کہ ٹارچ سے روشنی بے روک نکلتی ہے۔ یا کیا تم نے دیکھا ہے؟ تم پانی کو ایک برتن سے برتن میں ڈالتے ہو: بہاؤ بے روک نہیں ہوتا ہے۔ تم تیل کو ایک برتن سے دوسرے دوسرے برتن میں ڈالتے ہو: بہاؤ بے روک ہوتا ہے' مسلسل۔ تار ٹوٹتا نہیں ہے۔

دھیان کا مطلب ہے کہ تمہارا شعور معروضی شے پر مسلسل پڑ رہا ہے' کسی وقفے کے بغیر — کیونکہ ہر وقفے کا مطلب ہے کہ تم راستے سے ہٹ رہے ہو' تم کہیں اور جا چکے ہو۔ اگر تم پہلے کو پا سکتے ہو تو دوسرا مشکل نہیں ہے۔ اگر تم پہلے کو نہیں پا سکتے تو دوسرا ناممکن ہے۔ جب تم ایک مرتبہ معروضی اشیاء کو ترک کر دیتے ہو' تم ایک شے کو چن لیتے ہو' تب تم اپنے اندر شعور کے تمام شگافوں کو بھر دیتے ہو' تم اپنے آپ کو صرف ایک شے کی طرف ڈال دیتے ہو۔

جب تم ایک شے کو دیکھتے ہو تو وہ شے اپنی صفات عیاں کر دیتی ہے۔ ایک چھوٹی سی شے بھگوان کی تمام صفات کو عیاں کر سکتی ہے۔

ٹینی سن کی ایک نظم ہے۔ وہ صبح کو سیر کرنے جاتا ہے۔ اس کا گزر ایک پرانی دیوار کے قریب سے ہوتا ہے۔ دیوار میں گھاس اگ رہی ہوتی ہے اور ایک ننھا سا پھول کھل چکا ہوتا ہے۔ صبح کے وقت یہ نظارہ دیکھ کر وہ ضرور سکون محسوس کر رہا ہوگا' توانائی یقیناً بہہ رہی ہوگی' سورج طلوع ہو رہا تھا...... اچانک اس کے ذہن میں خیال آیا — اس ننھے سے پھول کو دیکھتے ہوئے — وہ بولا: ''اگر میں تم کو سمجھ سکوں تو میں ساری کائنات کو جان لوں گا۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ ذرہ ایک چھوٹی سی کائنات ہوتا ہے۔''

ہر ذرے میں پوری کائنات ہوتی ہے' جیسے کہ ہر قطرے میں پورا سمندر ہوتا ہے۔ اگر تم ایک قطرے کو سمجھ سکتے ہو تو تم تمام سمندروں کو سمجھ سکتے ہو — تمہیں ہر ایک قطرے کو سمجھنے کی ضرورت نہیں رہتی۔ ایک قطرہ ہی کافی ہوگا۔ ارتکاز قطرے کی صفات کو عیاں کر دیتا ہے اور قطرہ سمندر بن جاتا ہے۔

مراقبہ شعور کی صفات کو عیاں کرتا ہے اور انفرادی شعور کائناتی شعور بن جاتا ہے۔ پہلے معروض عیاں ہوتا ہے پھر موضوع عیاں ہو جاتا ہے۔ ہر شے کی طرف شعور کا ایک بے روک بہاؤ...... اس بے روک بہاؤ میں' اس بے انجماد بہاؤ میں' محض اس بہاؤ میں ...... تم ایک دریا کی طرح بہہ رہے ہو' بغیر کسی رکاوٹ کے' بغیر کسی گمراہی کے...... دفعتاً تم کو پہلی مرتبہ اپنی موضوعیت کا پتا چلتا ہے' تمہیں پتا چلتا ہے کہ تم کون ہو۔ شعور کے بے روک بہاؤ میں انا معدوم ہو جاتی ہے۔ تم خودی (Self) بن جاتے ہو' بے انا خودی' خودی

سے عاری خودی (Selfless Self) ۔تم بھی سمندر بن جاتے ہو۔

دوم' دھیان فن کار کا راستہ ہوتا ہے۔ اول' ارتکاز سائنس دان کا راستہ ہے۔ سائنس دان کا سروکار خارجی دنیا سے ہوتا ہے' خود اپنے سے نہیں۔فن کار کا سروکار خود اس سے ہوتا ہے' خارجی دنیا سے نہیں۔ جب سائنس دان کچھ لاتا ہے تو وہ اسے خارجی دنیا سے لاتا ہے۔ جب فنکار کچھ لاتا ہے تو وہ اسے اپنے میں سے لاتا ہے۔نظم: وہ اپنے اندر گہرا کھودتا ہے۔ پینٹنگ: وہ اپنے اندر گہرا کھودتا ہے۔ فنکار سے معروضی ہونے کا مت کہو۔ وہ موضوعیت پسند ہے۔

کیا تم نے وان گوگ کے درخت دیکھے ہیں؟ وہ تقریباً آسمان تک پہنچتے ہیں' ستاروں کو چھوتے ہیں۔ وہ بہت آگے تک جاتے ہیں۔ ایسے درخت کہیں بھی موجود نہیں ہیں — سوائے وان گوگ کی تصویروں کے۔ ستارے چھوٹے چھوٹے ہیں اور درخت بڑے۔ کسی نے وان گوگ سے پوچھا: ''تم نے ان درختوں کو کہاں سے تخلیق کیا؟ ہم نے تو ایسے درخت کبھی نہیں دیکھے؟'' اس نے جواب دیا: ''اپنے میں سے' کیونکہ مجھے درخت ہمیشہ زمین کی آسمان سے ملنے کی خواہش دکھائی دیتے ہیں۔'' ''زمین کی آسمان سے ملنے کی خواہش'' — یوں درخت مکمل طور پر بدل جاتا ہے' ایک قلب ماہیت عمل میں آتی ہے۔ تب درخت ایک معروضی شے نہیں رہتا' وہ ایک موضوعیت بن جاتا ہے۔ گویا فنکار نے خود درخت بن کر درخت کو جانا ہو۔

زین گروؤں کے حوالے سے بہت سی خوبصورت کہانیاں ہیں' کیونکہ زین گرو عظیم مصور اور عظیم فنکار تھے۔ یہ زین کی ایک نہایت حسین بات ہے۔ کوئی دوسرا دھرم اس قدر تخلیقی نہیں رہا ہے اور جب تک دھرم تخلیقی نہیں ہوتا' یہ مکمل دھرم نہیں ہوتا— کسی شے کی کمی ہوتی ہے۔

ایک زین گرو اپنے چیلوں سے کہا کرتا تھا: ''اگر تم بانس کی تصویر بنانا چاہتے ہو تو بانس بن جاؤ۔'' دوسرا کوئی طریقہ نہیں ہے۔ اگر تم بانس کو اپنے اندر محسوس نہیں کرتے تو اس کی تصویر کیونکر بنا سکتے ہو؟ ...... اگر تم خود کو آسمان تلے کھڑا بانس محسوس نہیں کرتے' ہوا میں' بارش میں کھڑا بانس' سورج تلے فخر کے ساتھ تنا ہوا محسوس نہیں کرتے تو اس کی تصویر

کس طرح بناؤ گے؟ اگر تم نے ہوا کو بانسوں میں سے گزرتے ہوئے ویسے نہیں سنا ہوگا جیسے بانس سنتے ہیں' اگر تم نے بانسوں کی طرح کوئل کی کوک نہیں سنی ہوگی تو تم بانس کی تصویر کس طرح بناؤ گے؟ تب تم بانس کی تصویر فوٹوگرافر کی طرح بناؤ گے۔تم ایک کیمرا تو ہو سکتے ہو لیکن ایک فنکار نہیں۔

کیمرے کا تعلق سائنس کی دنیا سے ہے۔ کیمرا سائنسی ہوتا ہے۔ وہ صرف بانس کی معروضیت دکھاتا ہے۔ لیکن جب ایک گرو بانس کو دیکھتا ہے تو وہ باہر سے نہیں دیکھ رہا ہوتا۔ وہ اپنے آپ کو پرے کر دیتا ہے' رفتہ رفتہ۔ اس کا بے روک شعور بانس پر پڑتا ہے' ایک ملاپ' ایک سنگم' ایک شادی ہوتی ہے۔ یہ کہنا مشکل ہوتا ہے کہ کون بانس ہے اور کون شعور — ہر شے ملتی ہے اور گھل مل جاتی ہے اور حدیں معدوم ہو جاتی ہیں۔

دوم' دھیان فنکار کا راستہ ہے۔ یہی وجہ ہے کہ فنکاروں کو بعض اوقات صوفیوں کی طرح کے نظارے ہوتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ بعض اوقات شاعر ایسی بات کہتا ہے' جسے نثر نہیں کہہ سکتی اور پینٹنگز بعض اوقات کوئی ایسی شے دکھا دیتی ہیں' کہ جس کے دکھانے کا کوئی دوسرا راستہ نہیں ہوتا۔ فنکار مذہبی شخص کے' صوفی کے قریب تر ہوتا ہے۔

اگر کوئی شاعر صرف شاعر ہی رہتا ہے' تو وہ ٹھہراؤ کا شکار ہو جاتا ہے۔ اسے بہنا ہوگا' اسے حرکت کرنا ہوگی: ارتکاز سے مراقبے تک' اور مراقبے سے سمادھی تک۔ انسان کو حرکت کرنا پڑتی ہے۔

دھیان معروضی شے کی طرف ذہن کا بے روک بہاؤ ہے۔ ذرا ایسا کر کے تو دیکھو۔ یہ بہتر ہوگا کہ تم کسی ایسی شے کو چنو جس سے تم محبت کرتے ہو۔تم اپنی محبوبہ کو چن سکتے ہو' تم اپنے بچے کو چن سکتے ہو' تم پھول کو چن سکتے ہو — کوئی بھی شے جس سے تم محبت کرتے ہو — اس کی وجہ یہ ہے کہ محبت میں ایسا کرنا آسان ہوتا ہے کہ تم جس سے محبت کرتے ہو اس کی طرف بے روک توجہ دو۔ اپنی محبوبہ کی آنکھوں میں جھانکو۔ پہلے ساری دنیا کو بھلا دو' اپنی محبوبہ کو دنیا بننے دو۔ پھر آنکھوں میں جھانکو اور ایک مسلسل بہاؤ بن جاؤ' بے روک' اس میں گرتے ہوئے — ایک برتن سے دوسرے برتن میں گرتا ہوا تیل۔ کوئی انتشار نہیں۔ دفعتاً تم یہ دیکھنے کے اہل ہو جاؤ گے کہ تم کون ہو۔تم پہلی مرتبہ اپنی

موضوعیت کو دیکھنے کے اہل ہو جاؤ گے۔

لیکن یاد رکھو، یہ اختتام نہیں ہے۔ معروض اور موضوع، یہ ایک کُل کے دو حصے ہیں۔ رات اور دن: ایک کُل کے دو حصے ہیں۔ موت اور زندگی: ایک مکمل وجود کے دو حصے ہیں۔ معروض خارج میں ہوتا ہے، موضوع داخل میں — تم نہ خارج ہو، نہ داخل۔ اس کو سمجھنا مشکل ہے کیونکہ عمومی طور پر کہا جاتا ہے: ''داخل کو جاؤ۔'' یہ محض ایک عارضی جملہ ہے۔ انسان کو اس سے بھی آگے جانا پڑتا ہے۔ خارج اور داخل — دونوں خارج ہوتے ہیں۔ تم وہ ہو، جو ان دونوں قطبین کے درمیان آ جا سکتے ہو۔ تم قطبین سے ماورا ہو۔ یہ تیسری حالت سمادھی ہے۔

☆☆☆

سمادھی: جب ذہن اور شے ایک ہو جائیں۔ جب موضوع معروض میں گم ہو جاتا ہے، جب معروض موضوع میں گم ہو جاتا ہے، جب دیکھنے کو کچھ نہیں رہ جاتا ہے، اور جب دیکھنے والا کوئی نہیں ہوتا ہے، جب ثنویت نہیں رہتی ہے، تب ایک حیران کن خاموشی چھا جاتی ہے۔ تم نہیں کہہ سکتے کہ کیا وجود پذیر ہے، اس کی وجہ یہ ہے کہ کوئی کہنے والا ہی نہیں ہوتا۔ تم سمادھی کے بارے میں کچھ نہیں کہہ سکتے کیونکہ ہر بیان ادھورا ہوگا۔ چونکہ جو کچھ بھی تم کہہ سکتے ہو یا تو سائنسی ہوتا ہے یا شاعرانہ۔ دھرم ناقابل اظہار ہوتا ہے، گریزاں ہوتا ہے۔

پس مذہبی تجربہ دو قسم کا ہوتا ہے۔ پتانجلی سائنسی اصطلاحیں استعمال کرتا ہے۔ چونکہ مذہب خود کسی قسم کی اصطلاحات کا حامل نہیں ہوتا — کُل کا اظہار نہیں کیا جا سکتا۔ اظہار کے لیے اسے تقسیم کرنا پڑتا ہے۔ اظہار کے لیے اسے یا تو معروض کے طور پر یا موضوع کے طور پر رکھنا پڑتا ہے۔ اسے تقسیم کرنا پڑتا ہے، اس کے بارے میں کچھ کہنا، اسے تقسیم کرنا ہے۔ پتانجلی سائنسی اصطلاحات میں بات کرتا ہے۔ گوتم بدھ بھی سائنسی اصطلاحات استعمال کرتا ہے۔ تاہم دونوں اصطلاحیں ہی ہیں۔ اصطلاح کا انحصار ذہن پر ہوتا ہے۔ پتانجلی سائنسی ذہن کا حامل ہے، جس کی جڑیں منطق میں، تجزیے میں بہت گہری اتری ہوئی ہیں۔ عیسیٰؑ کا ذہن شاعرانہ ہے۔ لاؤزے ایک مکمل شاعر ہے۔ وہ شاعری کا راستہ چنتا ہے۔ تاہم ہمیشہ یاد رکھنا، دونوں راستے منزل پر نہیں پہنچاتے۔ انسان کو ماورا جانا

پڑتا ہے۔

''سمادھی: جب ذہن اور شے ایک ہو جاتے ہیں۔''

جب ذہن شے کے ساتھ ایک ہو جاتا ہے، جب نہ جاننے والا ہوتا ہے، نہ جانا جانے والا۔

اور جب تک تم یہ نہیں جانتے — یہ جانکاری جو کہ جاننے والے اور جانے جانے والے سے ماورا ہوتی ہے — تم اپنی زندگی کھوئے ہوئے ہوتے ہو۔ ہو سکتا ہے تم تتلیوں کا، خوابوں کا تعاقب کرتے رہے ہو، ہو سکتا ہے تم نے تھوڑی بہت خوشی حاصل کر لی ہو، تاہم تم مطلق سعادت سے محروم ہو۔

> ایک گھر میں شہد کا مرتبان گر کر ٹوٹ گیا۔ شہد پر بے شمار مکھیاں جمع ہو گئیں۔ وہ اس میں اپنے پیر گاڑ کر حرص کے ساتھ شہد کھانے لگیں۔ ان کے پیروں میں اتنی زیادہ شہد لگ گئی کہ وہ اڑنے سے قاصر ہو گئیں اور آخر وہیں مر گئیں۔ مرتے مرتے ایک مکھی بولی: ''آہ ہم مکھیاں کتنی احمق ہیں کہ اک ذرا سی لذت کے لیے ہم نے اپنے آپ کو فنا کر لیا۔''

یاد رکھو، تمہارے ساتھ ایسا ہی ہو سکتا ہے۔ تمہارے پیر مٹی سے اتنے لتھڑ سکتے ہیں کہ تم اپنے پیروں کو استعمال کرنے کے اہل نہ رہو۔ تم اپنی چھوٹی چھوٹی خوشیوں سے اتنے لبریز ہو جاؤ کہ مطلق مسرت کو فراموش کر بیٹھو، جو ہمیشہ صرف تمہارے مانگنے کی منتظر رہتی ہے۔ ساحل پر کنکریاں اور گھونگے جمع کرتے کرتے، تم اپنی ہستی کے مطلقاً پُرمسرت خزانے کو گنوا سکتے ہو۔ اسے یاد رکھنا۔ ایسا ہو رہا ہے۔ شاذ و نادر ہی ایسا ہوتا ہے کہ کوئی اتنا باخبر ہو جائے کہ زندگی کی اس عمومی اسیری میں نہ آ سکے۔

میں یہ نہیں کہہ رہا کہ خوش نہ ہو۔ دھوپ خوبصورت ہے اور پھول بھی اور تتلیاں بھی، تاہم انہی میں کھو کر مت رہ جاؤ۔ ان سے خوشی حاصل کرو، ان میں کچھ برائی نہیں ہے، تاہم ہمیشہ یاد رکھو، حیرت ناک خوب صورت شے تمہاری منتظر ہے۔ دھوپ میں کبھی کبھار ستاؤ، تاہم اسے طرزِ زندگی مت بنا لو۔ ساحل پر کبھی کبھی ستاؤ اور کنکریوں سے کھیلو۔

اس میں کوئی برائی نہیں ہے۔ پکنک کے طور پر اس کی اجازت ہے' تاہم اسے ہی اپنی زندگی مت بنا لو' تب تم اسے گنوا بیٹھو گے۔ ہاں یاد رکھو' جس پر تم توجہ مرکوز کرو گے' وہی تمہاری زندگی کی حقیقت بن جائے گی۔ اگر تم اپنی توجہ کنکریوں پر مرکوز کرو گے تو وہ ہیرے بن جائیں گی — اس کی وجہ یہ ہے کہ جہاں تمہاری توجہ ہوتی ہے' وہیں تمہارا خزانہ ہوتا ہے۔

میں نے سنا ہے کہ ایک مرتبہ ایسا ہوا تھا:

ریلوے کا ایک ملازم خود کو غلطی سے ریفریجریٹر کار میں بند کر بیٹھا۔ وہ نہ تو فرار ہوسکتا تھا' نہ ہی کسی کو مدد کے لیے بلا سکتا تھا۔ پس اس نے خود کو تقدیر کے رحم و کرم پر چھوڑ دیا۔ اس کی نزدیک آتی موت کا ریکارڈ کار کی دیوار پر ان الفاظ میں لکھا ہوا ملا: ''میں سرد سے سرد تر ہورہا ہوں۔ میں انتظار کے سوا کچھ نہیں کرسکتا۔ ہوسکتا ہے یہ میرے آخری الفاظ ہوں۔'' اور ایسا ہی ہوا۔ جب کار کو کھولا گیا تو لوگ اسے مردہ دیکھ کر حیران رہ گئے۔ اس کی موت کی کوئی طبیعی وجہ نہیں تھی۔ کار کا درجہ حرارت درمیانہ یعنی 56 درجے تھا۔ صرف اس شخص کے ذہن میں یہ تھا کہ ریفریجریٹر چل رہا ہے۔ وہاں تازہ ہوا کافی موجود تھی' وہ دم گھٹنے سے مر نہیں سکتا تھا۔ وہ اپنی غلط توجہ کی وجہ سے مرگیا۔ وہ اپنے خوف کی وجہ سے مرگیا وہ اپنے ذہن کی وجہ سے مرگیا۔ یہ خودکشی تھی۔

یاد رکھو' جس پر تم توجہ مرکوز کرتے ہو' وہی تمہاری حقیقت بن جاتی ہے۔ جب یہ حقیقت بن جاتی ہے تو یہ تمہیں اور تمہاری توجہ کو مرکوز کروانے کی طاقت حاصل کرلیتی ہے۔ تب تم اس پر زیادہ توجہ مرکوز کرتے ہو: یہ زیادہ حقیقی بن جاتی ہے' رفتہ رفتہ تمہارے ذہن کی تراشی ہوئی غیرحقیقی شے تمہاری واحد حقیقت بن جاتی ہے اور حقیقت مکمل طور پر فراموش ہوجاتی ہے۔

حقیقی (Real) کو تلاش کرنا ہوگا۔ اس تک رسائی کا واحد طریقہ یہ ہے کہ پہلے بے شمار اشیاء کو ترک کردو' صرف ایک شے رہنے دو۔ دوم' تمام گمراہیوں کو چھوڑ دو۔ اپنے

شعور کو اس شے کی طرف بے روک بہنے دو۔ سوم' خودبخود وقوع پذیر ہوجائے گا۔ اگر یہ دو شرائط پوری ہوجائیں تو سمادھی خود وقوع پذیر ہوجاتی ہے۔ دفعتاً' ایک دن موضوع اور معروض دونوں معدوم ہوجاتے ہیں: مہمان اور میزبان دونوں غائب ہوجاتے ہیں' خاموشی حکمران ہوجاتی ہے' شانتی تخت نشین ہوجاتی ہے۔ اس خاموشی میں' اس شانتی میں تم زندگی کی منزل پالیتے ہو۔

☆☆☆

پتانجلی کہتا ہے:

ان تین سے سنیم بنتی ہے: دھرنا' دھیان اور سمادھی۔

سنیم کی یہ تعریف کتنی خوبصورت ہے۔ عمومی انداز میں سنیم کو ایک ڈسپلن' کردار کی ایک منضبط حالت تصور کیا جاتا ہے۔ ایسا نہیں ہے۔ سنیم ایک توازن ہے' جو اس وقت حاصل ہوتا ہے جب موضوع اور معروض معدوم ہو جاتے ہیں۔ سنیم سکون کی ایسی حالت ہے جس میں تمہارے اندر ثنویت مزید نہیں رہتی اور تم منقسم نہیں رہتے اور تم ایک بن جاتے ہو۔

بعض اوقات ایسا فطری طور پر بھی ہوجاتا ہے' کیونکہ اگر ایسا نہیں ہوتا تو پتانجلی اسے دریافت نہیں کرپاتا۔ بعض اوقات ایسا فطری طور پر ہوجاتا ہے — ایسا تمہارے ساتھ بھی ہوچکا ہے۔ تم کسی ایسے شخص کو نہیں پاسکتے' جس کے لیے حقیقت کے لمحات نہ رہے ہوں۔ اتفاقی طور پر بعض اوقات تم میکانزم سے ناواقفیت میں آہنگ میں چلے جاتے ہو۔ ایسا کیونکر ہوتا ہے؟ تاہم تم آہنگ میں چلے جاتے ہو اور دفعتاً سنیم رونما ہوجاتی ہے۔

ایک شخص نے مجھے خط لکھ کر کہا: ''آج میں نے حقیقت کے پانچ منٹ حاصل کیے۔'' مجھے اس کا جملہ پسند آیا۔

''حقیقت کے پانچ منٹ۔'' میں نے اس سے پوچھا: ''یہ کیسے ہوا؟'' اس نے کہا کہ وہ چند دنوں سے بیمار تھا۔

یہ ناقابل یقین بات ہے' تاہم یہ سچ ہے کہ بہت سے لوگوں کو بیماری میں سکون حاصل ہوتا ہے — اس کی وجہ یہ ہے کہ بیماری میں تمہاری عام زندگی معطل ہوجاتی ہے۔

وہ چند دن سے بیمار تھا اور اسے بستر سے اترنے کی اجازت نہیں تھی۔ پس وہ آرام کررہا تھا— کوئی کام نہیں کررہا تھا۔ آرام کے چار پانچ دنوں بعد دفعتاً ایک دن یہ وقوع پذیر ہوا۔ وہ بس لیٹا ہوا چھت کو تک رہا تھا کہ یہ وقوع پذیر ہوا— وہ حقیقت کے پانچ منٹ۔ ہر شے رک گئی۔ وقت رک گیا' خلا معدوم ہوگیا۔ دیکھنے کو کچھ نہیں تھا اور دیکھنے والا کوئی نہیں تھا۔ دفعتاً یکتائی رونما ہوگئی تھی' گویا ہر شے یکجا ہوکر ایک بن گئی ہو۔

کچھ لوگوں کے ساتھ ایسا محبت کرتے ہوئے ہوتا ہے۔ ایک مکمل جنسی ہیجان' اور اس کے بعد' ہر شے خاموش' ہر شے یکجا...... انسان سکون پا جاتا ہے۔ انجماد ختم ہوجاتا ہے' انسان مزید کشیدہ نہیں رہتا' طوفان چلا گیا ہے' اور خاموشی ہے' جو اس کے بعد آیا کرتی ہے ......اور دفعتاً حقیقت رونما ہوجاتی ہے۔

بعض اوقات دھوپ میں ہوا کے رخ کے مخالف چلتے ہوئے' لطف اندوز ہوتے ہوئے۔ بعض اوقات دریا میں نہاتے ہوئے' دریا کے ساتھ بہتے ہوئے۔ بعض اوقات کچھ بھی نہ کرتے ہوئے' بس ریت پر ستاتے ہوئے' ستاروں کو دیکھتے ہوئے' وہ وقوع پذیر ہوجاتی ہے۔ لیکن یہ سب محض حادثات ہیں۔ چونکہ یہ حادثات ہوتے ہیں' اور چونکہ یہ تمہارے مکمل طرز زیست سے ہم آہنگ نہیں ہوتے' اس لیے تم انہیں فراموش کردیتے ہو۔ تم ان پر زیادہ توجہ نہیں دیتے ہو۔ تم بس اپنے کندھے جھٹکتے ہو' اور ان کے بارے میں سب کچھ فراموش کردیتے ہو۔ وگرنہ ہر ایک کی زندگی میں' کبھی کبھار حقیقت سرایت کرآتی ہے۔

یوگا صرف اتفاقی طور پر کبھی کبھی رونما ہونے والی حقیقت تک رسائی پانے کا ایک منظم طریقہ ہے۔ یوگا ان سب حادثات و اتفاقات سے ایک سائنس بنا لیتا ہے۔

تینوں کو ملائیں تو سنیم بن جاتا ہے۔ تین — ارتکاز' مراقبہ اور سمادھی — ایسے ہوتے ہیں جیسے کسی تپائی کی تین ٹانگیں۔

جو شخص ارتکاز' مراقبہ اور سمادھی کی مثلث میں دسترس حاصل کرلیتا ہے' اس پر اعلیٰ تر شعور کا نور نچھاور ہوتا ہے۔

''اوپر جاؤ' بہت اوپر' تمہاری منزل آسمان ہے' تمہاری منزل ستارے ہیں۔''

تاہم سفر کا آغاز وہاں سے ہوتا ہے جہاں تم ہوتے ہو۔ درجہ بدرجہ اوپر جاؤ' بہت اوپر'

تمہاری منزل آسمان ہے' تمہاری منزل ستارے ہیں۔ جب تک تم آسمان جتنے وسیع نہ ہو جاؤ' دم مت لو' سفر ابھی مکمل نہیں ہوا ہے۔ جب تک تم پہنچ نہیں جاتے اور ابدی روشنی نہیں بن جاتے' ستارہ نہیں بن جاتے' مطمئن مت ہوؤ' قانع مت ہوؤ۔ الوہی عدم اطمینان کو آگ کی طرح جلنے دو' تاکہ ایک دن تمہاری کوششوں کے نتیجے میں ستارہ جنم لے اور تم ایک ابدی روشنی بن جاؤ۔

جب تم ان تین داخلی مراحل میں کامل ہوجاتے ہو' تب تمہیں روشنی میسر آجاتی ہے — اور جب داخلی روشنی میسر آجاتی ہے تو تم ہمیشہ روشنی میں جیتے ہو: ''شام کے وقت مرغ صبح کے طلوع ہونے کا اعلان کرتا ہے۔ آدھی رات کو سورج چمکتا ہے۔'' تب آدھی رات کو بھی سورج چمکنے لگتا ہے' تب شام کے وقت مرغ صبح کے طلوع ہونے کا اعلان کرتا ہے۔ جب تم داخلی روشنی کے حامل ہوتے ہو تو تاریکی کہیں نہیں رہتی۔ تم جہاں کہیں جاتے ہو' تمہاری داخلی روشنی تمہارے ساتھ جاتی ہے — تم اس میں حرکت کرتے ہو' تم خود روشنی ہوتے ہو۔

یاد رکھو کہ تم جہاں کہیں ہو تمہارا ذہن ہمیشہ تمہیں مطمئن رکھتا ہے۔ ذہن کہتا ہے زندگی میں مزید کچھ نہیں ہے۔ ذہن تمہیں قائل کرنے کی کوشش کرتا رہتا ہے کہ تم تو پہنچ چکے ہو۔ ذہن تمہیں الوہی طور پر بے اطمینان نہیں ہونے دیتا — اور یہ ہمیشہ جواز ڈھونڈ سکتا ہے۔ اس کی دلیلوں پر کان مت دھرو۔ اس کی بیان کردہ وجوہات حقیقی نہیں ہیں' یہ تو ذہن کی چالیں ہیں کیونکہ ذہن جانا نہیں چاہتا' حرکت نہیں کرنا چاہتا۔ ذہن بنیادی طور پر کاہل ہے۔ ذہن ایک قسم کا جمود ہے: ذہن قیام چاہتا ہے' ذہن تمہارا گھر بنانا چاہتا ہے' خواہ کہیں بن جائے' بس قیام کرو' آوارگی مت کرو۔

سنیاسی بننے کا مطلب ہوتا ہے شعور میں آوارہ گرد بننا۔ سنیاسی بننے کا مطلب ہوتا ہے خانہ بدوش بننا — شعور میں — ڈھونڈتے رہنا' آوارگی کرتے رہنا۔ ''اوپر جاؤ' بہت اوپر' تمہاری منزل آسمان ہے' تمہاری منزل ستارے ہیں۔''

اور ہاں ذہن کی باتوں پر کان مت دھرو۔

ایک رات ایسا ہوا تھا:

ایک سپاہی نے دیکھا کہ شراب کے نشے میں دھت ایک شخص اپنے

گھر کی چابی بجلی کے کھمبے میں لگانے کی کوشش کر رہا ہے۔

اس نے اسے چھیڑا: ''تم فضول کوشش کر رہے ہو۔ گھر میں تو کوئی نہیں ہے۔''

شرابی بولا: ''غلط — اوپری منزل پر روشنی ہو رہی ہے۔''

ذہن چکرایا ہوا اور نشے میں دھت ہے۔ یہ وجوہات بیان کرتا چلا جاتا ہے۔ وہ کہتا ہے: ''یہاں اور کیا ہے؟'' ابھی چند روز پہلے ایک سیاستدان مجھے ملنے آیا۔ اس نے کہا: ''اب یہاں اور کیا ہے؟ میں ایک چھوٹے سے غریب گھرانے میں ایک بستی میں پیدا ہوا تھا اور اب میں وزیر بن چکا ہوں۔ زندگی میں اب اور کیا ہے؟'' وزیر؟ زندگی میں اور کیا ہے؟ وہ پوچھتا ہے اور وہ مطمئن ہے۔ ایک بستی میں ایک غریب گھرانے میں پیدائش — انسان اور کیا توقع کرسکتا ہے؟'' جب سارے کا سارا آسمان مہیا تھا' تو وہ ایک وزیر بننے پر ہی مطمئن تھا۔ اس طرح سے اختتام مت کرو۔ جب تک تم ایک دیوتا نہیں بن جاتے! دم لو — کبھی کبھار' یونہی' راستے میں' لیکن ہمیشہ یاد رکھو: یہ صرف ایک رات کا وقفہ ہے' صبح ہوتے ہی ہم چل پڑیں گے۔

یہاں کچھ لوگ ایسے ہیں جو اپنی دنیاوی کامیابیوں پر مطمئن ہیں۔ کچھ مزید لوگ ایسے ہیں جو اپنی دنیاوی کامیابیوں پر مطمئن نہیں ہیں تاہم انہیں ان کے پروہت' پادریوں کے وعدوں نے مطمئن کردیا ہے۔ ان دوسرے زمرے والے لوگوں کو تم مذہبی کہہ سکتے ہو۔ یہ لوگ بھی مذہبی نہیں ہیں — کیونکہ مذہب وعدہ نہیں ہے۔ اسے تو حاصل کرنا پڑتا ہے۔ کوئی شخص تم سے وعدہ نہیں کرسکتا' تمہیں اس کو حاصل کرنا ہوتا ہے۔ تمام وعدے بہلاوے ہوتے ہیں اور تمام بہلاوے خطرناک ہوتے ہیں' کیونکہ وہ افیون جیسے ہوتے ہیں۔ وہ تمہیں مخمور کردیتے ہیں۔

ایسا ہوا ہے:

فرسٹ ایئر کی ایک کلاس کے امتحان میں شریک ایک پادری سے سوال کیا گیا: ''اگر تم کسی شخص کو بہت کمزور حالت میں پاؤ تو کیا کرو گے؟''

اس نے جواب دیا: ''میں اسے کچھ برانڈی پلاؤں گا۔''

''اور اگر برانڈی میسر نہ ہوتو؟''

پادری نے کہا: ''تو میں اس سے برانڈی کا وعدہ کروں گا۔''

پروہت' پادری ہمیشہ ایسا ہی کہتے رہے ہیں۔ وہ عظیم وعدے کرنے والے ہوتے ہیں — وہ پرومیسری نوٹ جاری کرتے رہتے ہیں۔ وہ کہتے رہتے ہیں: ''پریشان مت ہوؤ۔ خیرات کرو' گرجا گھر تعمیر کرواؤ' غریبوں کو پیسہ دو' ہسپتال بنواؤ' یہ کرو' وہ کرو — اور ہم تم سے وعدہ کرتے ہیں......''

یوگا اپنی کوشش سے حاصل ہوتا ہے۔ یوگا پروہت' پادری نہیں رکھتا۔ اس کے صرف گرو ہوتے ہیں' جو اپنی کوشش سے اسے حاصل کرتے ہیں — اور ان کی روشنی میں تمہیں سیکھنا ہوتا ہے کہ تمہیں خود اسے کس طرح حاصل کرنا ہے۔ پروہت' پادریوں کے وعدوں سے بچو۔ یہ کرۂ ارض کے سب سے زیادہ خطرناک لوگ ہیں' کیونکہ وہ تمہیں حقیقتاً بے اطمینان نہیں ہونے دیتے۔ وہ تمہیں دلاسے دیتے رہتے ہیں' اور اگر تم حصول سے پہلے مطمئن ہوجاتے ہو تو تم فریب خوردہ ہوتے ہو' تم دھوکا کھائے ہوئے ہوتے ہو۔ یوگا کوشش میں یقین رکھتا ہے' بے پناہ کوشش میں۔ انسان کو قیمتی بننا پڑتا ہے۔ انسان کو بھگوان ''کمانا'' پڑتا ہے' تمہیں قیمت ادا کرنا پڑتی ہے۔

ایک مرتبہ پرنس آف ویلز سے کسی نے پوچھا: ''تہذیب کے بارے میں آپ کا کیا خیال ہے؟''

پرنس نے جواب دیا: ''یہ ایک اچھا خیال ہے' کسی کو اسے آغاز کرنا چاہیے۔''

یوگا صرف ایک خیال نہیں ہے' یہ ایک عمل ہے' یہ ابھیاس ہے' یہ ایک نظم ہے' یہ داخلی قلب ماہیت کی سائنس ہے۔ یاد رکھو' کوئی اسے تمہارے لیے شروع نہیں کرسکتا۔ تمہیں خود اسے آغاز کرنا ہوگا۔ یوگا تمہیں خود پر اعتماد کرنا سکھاتا ہے۔ یوگا تمہیں اپنے بارے میں پُراعتماد بننا سکھاتا ہے۔ یوگا تمہیں سکھاتا ہے کہ سفر تنہا ہوتا ہے۔ گرو راستے کی نشاندہی کرسکتا ہے' اس راستے پر تمہیں خود چلنا ہوتا ہے۔

❀ ❀ ❀

ذہن عیار ہے

میں کسی فقیر کے ساتھ کیا کرسکتا ہوں؟ میں اسے ایک
روپیہ دوں یا نہیں دوں' وہ فقیر ہی رہے گا۔

فقیر مسئلہ نہیں ہے۔ اگر فقیر مسئلہ ہوتا تو ہر راہگیر ایسا ہی محسوس کرتا۔ اگر فقیر مسئلہ ہوتا تو فقیر کبھی کے ختم ہو چکے ہوتے۔ مسئلہ تو تمہارے اندر ہے: تمہارا دل اسے محسوس کرتا ہے۔ یہ بات سمجھنے کی کوشش کرو۔

جب بھی دل محبت کو محسوس کرتا ہے' ذہن فوراً دخل انداز ہو جاتا ہے — ذہن فی الفور مداخلت کرتا ہے۔ ذہن کہتا ہے: ''تم اسے کچھ دو یا نہیں دو' یہ تو فقیر ہی رہے گا۔'' وہ فقیر رہے یا نہیں رہے' یہ تمہاری ذمہ داری نہیں ہے' تاہم اگر تمہارا دل محسوس کرتا ہے کہ کچھ کرنا چاہیے' تو کر گزرو۔ گریز کرنے کی کوشش مت کرو۔ ذہن صورت حال سے گریز کرنے کی کوشش کرتا ہے۔ ذہن کہتا ہے: ''کیا ہوگا؟ وہ فقیر ہی رہے گا' لہٰذا کچھ کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔'' تم اپنی محبت کے چھلکنے کا ایک موقع گنوا دیتے ہو۔

اگر فقیر نے فقیر ہی رہنے کا فیصلہ کیا ہوا ہے' تو تم کچھ نہیں کرسکتے۔ تم اسے دے سکتے ہو' وہ اسے پھینک سکتا ہے۔ فیصلہ اسے کرنا ہے۔

ذہن بہت چالاک ہے۔

☆☆☆

پھر سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ آخر فقیر ہیں کیوں؟

فقیر اس لیے ہیں کیونکہ انسان کے دل میں محبت نہیں ہے۔ تاہم ذہن دوبارہ دخل انداز ہوتا ہے:

کیا امیروں نے غریبوں کو لوٹا نہیں ہے؟ کیا غریبوں کو امیروں سے
اپنی لوٹی ہوئی ہر شے واپس نہیں لے لینی چاہیے؟

اب تم فقیر اور اپنے دل میں اٹھنے والے درد کو فراموش کر رہے ہو۔ اب سارا معاملہ سیاسی ہونے لگا ہے' معاشی ہونے لگا ہے۔ اب مسئلہ دل کا نہیں رہا' اب یہ ذہن کا مسئلہ بن گیا ہے۔ جبکہ ذہن ہی نے فقیروں کو تخلیق کیا ہے۔ ذہن کی چالاکی نے' حساب کتاب نے فقیروں کو جنم دیا ہے۔ لوگ چالاک ہیں' بہت حسابی کتابی ہیں: وہ امیر ہو گئے ہیں۔ معصوم لوگ بھی ہیں' جو اتنے حسابی کتابی نہیں ہیں' اتنے چالاک نہیں ہیں: وہ غریب ہو گئے ہیں۔

تم معاشرے کو تبدیل کرسکتے ہو — سوویت روس میں انہوں نے معاشرے کو تبدیل کیا ہے۔ اس سے کچھ فرق نہیں پڑا۔ اب پرانے طبقے ختم ہو گئے ہیں — امیر اور غریب — اب نئے طبقے وجود پذیر ہو گئے ہیں۔ اب چالاک لوگ حکمران ہیں اور معصوم لوگ محکوم ہیں۔ اس سے پہلے معصوم لوگ غریب ہوتے تھے اور چالاک لوگ امیر ہوتے تھے۔ تم کیا کرسکتے ہو؟

جب تک ذہن اور دل میں موجود تقسیم ختم نہیں ہوتی' جب تک انسانیت ذہن کی بجائے دل کے وسیلے سے جینا شروع نہیں کرتی' طبقے باقی رہیں گے۔ نام تبدیل ہو جائیں گے' ابتلا موجود رہے گی۔

سوال بہت برمحل (Relevant)' بہت بامعنی ہے' اہم ہے۔ ''میں کسی فقیر کے ساتھ کیا کرسکتا ہوں؟'' فقیر مسئلہ نہیں ہے۔ مسئلہ تم ہو اور تمہارا دل ہے۔ کچھ کرو' تم جو کچھ بھی کرسکتے ہو کرو' اور ذمہ داری امیروں پر مت ڈالو۔ ذمہ داری تاریخ پر مت ڈالو۔ ذمہ داری معاشی ڈھانچے پر مت ڈالو' کیونکہ یہ ثانوی ہے' اگر نوع انسان چالاک اور حسابی کتابی رہتی ہے تو یہ دہراتی چلی جائے گی۔

تم اس کے لیے کیا کر سکتے ہو؟ تم کُل کا ایک چھوٹا سا حصہ ہو۔ تم خواہ کچھ بھی کرو، صورتحال تبدیل نہیں ہوگی — تاہم یہ تمہیں تبدیل کردے گی۔ اگر تم فقیر کو کچھ دو گے تو ممکن ہے اس سے وہ تبدیل نہیں ہو، تاہم یہی بات کہ تم جو کچھ کر سکتے ہو کر رہے ہو، تمہیں تبدیل کردے گی۔ یہی اہم بات ہے۔ اگر دل کا انقلاب جاری رہا، اگر محسوس کرنے والے لوگ، دوسرے انسان کو ہی ایک مقصد تصور کرنے والے لوگ، بڑھتے رہے تو ایک دن غریب لوگ ختم ہو جائیں گے، غربت ختم ہو جائے گی — اور اس کی جگہ نئی قسم کا استحصال نہیں لے گا۔

اب تک تمام انقلابات ناکام رہے ہیں، اس کا سبب یہ ہے کہ انقلابی غربت کی بنیادی وجہ کو سمجھنے سے قاصر رہے ہیں۔ وہ صرف سطحی وجوہات کو دیکھ رہے ہیں۔ وہ فوراً کہتے ہیں: ''کچھ لوگوں نے استحصال کیا ہے۔ یہی وجہ ہے۔ غربت اسی وجہ سے ہے۔''

لیکن سوال یہ ہے کہ کچھ لوگ استحصال کرنے کے اہل کیوں تھے؟ کیا وہ دیکھ نہیں سکتے تھے؟ کیا وہ دیکھ نہیں سکتے تھے کہ وہ کچھ حاصل نہیں کر رہے جبکہ یہ آدمی سب کچھ گنوا رہا ہے؟ وہ دولت جمع کر سکتے ہیں، تاہم وہ ہر طرف زندگی کو برباد کر رہے ہیں۔ ان کی دولت خون کے علاوہ کچھ نہیں ہے۔ وہ اسے کیوں نہیں دیکھ سکتے؟ چالاک ذہن نے اس کے لیے بھی وضاحتیں گھڑی ہوئی ہیں۔

چالاک ذہن کہتا ہے: لوگ ''کرم'' کی وجہ سے غریب ہیں۔ ماضی کے جنموں میں انہوں نے کوئی نہ کوئی غلطی کی ہے، اسی وجہ سے وہ دکھ سہہ رہے ہیں۔ میں اسی لیے امیر ہوں کیونکہ میں اچھے کام کر چکا ہوں۔ پس میں پھل سے لذت اندوز ہو رہا ہوں۔

یہ بھی ذہن ہے۔ برٹش میوزیم میں بیٹھا ہوا مارکس بھی ایک ذہن ہے، اور غربت کی بنیادی وجہ سوچتے سوچتے اس نے محسوس کیا کہ کچھ لوگ ایسے ہیں، جو استحصال کرتے ہیں۔

لیکن ایسے لوگ ہمیشہ موجود رہیں گے — اس وقت تک، جب تک کہ چالاکی مکمل طور پر ختم نہیں ہو جاتی۔ یہ معاشرے کے ڈھانچے کو بدلنے کا مسئلہ نہیں ہے۔ یہ تو انسانی شخصیت کے پورے ڈھانچے کو بدلنے کا مسئلہ ہے۔

تم کیا کر سکتے ہو؟ تم تبدیلی لا سکتے ہو، تم امیر لوگوں سے چھٹکارا پا سکتے ہو — تاہم وہ عقبی دروازے سے واپس آ جائیں گے۔ وہ چالاک تھے۔ درحقیقت جو لوگ ان

سے چھٹکارا پا رہے ہیں، وہ بھی چالاک ہیں، وگرنہ وہ ان سے چھٹکارا نہیں پا سکتے تھے۔ ممکن ہے امیر لوگ عقبی دروازے سے واپس نہ آپائیں، تاہم وہ لوگ جو خود کو انقلابی، کمیونسٹ، سوشلسٹ، کہلواتے ہیں — وہ تخت نشیں ہو جائیں گے اور پھر استحصال کرنا شروع کر دیں گے۔ وہ زیادہ خطرناک انداز میں استحصال کریں گے کیونکہ انہوں نے اپنے آپ کو امیروں سے زیادہ چالاک ثابت کر دیا ہوگا۔ امیروں سے چھٹکارا پا کر انہوں نے ایک بات کو قطعی طور پر ثابت کر دیا ہوگا: یہ کہ وہ امیروں سے زیادہ چالاک ہیں۔ معاشرہ زیادہ چالاک لوگوں کے ہاتھوں میں ہوگا۔

اور یاد رکھو، اگر کبھی کوئی اور انقلابی پیدا ہو گئے — جن کا پیدا ہونا لازمی ہے، کیونکہ لوگ دوبارہ محسوس کرنے لگیں گے کہ ان کا استحصال ہو رہا ہے کہ اب استحصال ایک نئی شکل اختیار کر چکا ہے — تو انقلابی دوبارہ جنم لیں گے۔ ماضی کے انقلابیوں سے چھٹکارا کون پائے گا؟ اب زیادہ چالاک لوگوں کی ضرورت ہوگی۔

جب کبھی تم کسی خاص نظام کو شکست دو گے، تم وہی وسائل استعمال کرو گے جو وہ نظام اپنے لیے استعمال کر چکا ہے۔ صرف نام تبدیل ہوں گے، جھنڈے تبدیل ہوں گے، معاشرہ ویسا ہی رہے گا۔

بس احمق بنانا بہت ہو چکا۔ فقیر مسئلہ نہیں ہے: مسئلہ تم ہو۔ چالاک مت بنو، عیار مت بنو۔ یہ کہنے کی کوشش مت کرو کہ یہ ''کرم'' ہے— تم ''کرم'' کے بارے میں کچھ نہیں جانتے۔ یہ محض کچھ ایسی باتوں کی توضیح کرنے کا ایک مفروضہ ہے، جو ناقابل توضیح ہیں، کچھ ایسی باتوں کی توضیح کرنے کا، جو دل کے درد کا سبب ہوتی ہیں۔ جب تم مفروضے کو قبول کر لیتے ہو تو تم بوجھ سے آزاد ہو جاتے ہو۔ تب تم امیر رہ سکتے ہو اور غریب غریب رہ سکتے ہیں، اور کوئی مسئلہ نہیں ہوتا۔ مفروضہ ایک بفر (Buffer) کا سا کام کرتا ہے۔

یہی وجہ ہے کہ ہندوستان میں غربت اتنی زیادہ ہے اور لوگ اس کے حوالے سے بے حس ہو چکے ہیں۔ ان کے پاس ایک خاص تھیوری ہے، جو ان کی مدد کرتی ہے۔ بالکل ایسے ہی جیسے کار کے شاک ایبزوربر جھٹکوں کو برداشت کر کے تمہیں راستے کی ناہمواری کا احساس نہیں ہونے دیتے۔ ''کرم'' کا مفروضہ ایک عظیم شاک ایبزوربر ہے۔ تمہارا سامنا

ہمیشہ غربت سے ہوتا ہے' لیکن ایک شاک ابزوربر جو ہے — یعنی "کرم" کا مفروضہ۔ تم کیا کرسکتے ہو؟ اس کا تم سے تو کوئی تعلق نہیں ہے۔ تم اپنی دولت سے اپنی نیکیوں کی وجہ سے لطف اندوز ہورہے ہو — ماضی کی نیکیوں کی وجہ سے۔ جبکہ یہ آدمی اپنے برے کاموں کا عذاب سہہ رہا ہے۔

ہندوستان میں جین نامی ایک فرقہ ہے — تیرا پنتھ۔ وہ اس تھیوری کے انتہاپسند ماننے والے ہیں۔ وہ کہتے ہیں: "دخل مت دو' کیونکہ وہ اپنے ماضی کے "کرموں" کا عذاب بھگت رہا ہے۔ دخل مت دو۔ اسے کچھ مت دو' کیونکہ یہ ایک مداخلت ہوگی' اس کا عذاب جلد ختم ہوسکتا ہے — تم اس کو طویل کررہے ہو۔ اسے تو دکھ سہنا ہی ہوگا۔"

مثال کے طور پر تم کسی غریب آدمی کی اتنی مدد کرسکتے ہو کہ وہ چند سال آسانی کے ساتھ گزار سکتا ہے' لیکن دکھ دوبارہ آجائیں گے۔ تم اسے اتنا کچھ دے سکتے ہو کہ وہ اس زندگی کو آسانی سے جی سکے' تاہم اگلی زندگی میں دکھ دوبارہ آجائیں گے۔ جہاں تم اسے روکو گے' ٹھیک وہیں سے دکھ کا آغاز ہوجائے گا۔ پس تیرا پنتھ پر یقین رکھنے والے لوگ کہتے ہیں: دخل مت دو۔ حتیٰ کہ اگر کوئی شخص سڑک کے کنارے مررہا ہو تو تمہیں بے اعتنائی کے ساتھ اپنے راستے پر گامزن رہنا چاہیے۔ وہ کہتے ہیں کہ یہ رحم ہے۔ دخل اندازی کرکے تو تم کو طوالت دیتے ہو۔ کتنا عظیم شاک ابزوربر ہے!

ہندوستان میں لوگ بالکل بے حس ہوچکے ہیں۔ ایک عیارانہ تھیوری ان کی ڈھال ہے۔ مغرب والوں نے ایک نیا مفروضہ پالیا ہے: یہ کہ اس کی وجہ یہ ہے کہ امیر لوگوں نے استحصال کیا ہے — پس امیروں کو فنا کردو۔ ذرا اس کو دیکھو تو سہی۔ غریب آدمی کو دیکھتے ہی تمہارے دل میں محبت ابھرنے لگتی ہے۔ تم فوراً کہتے ہو' یہ امیروں کی وجہ سے غریب ہے۔ تم محبت کو نفرت میں بدل دیتے ہو۔ اب امیر آدمی کے لیے نفرت ابھرتی ہے۔ کیسا کھیل کھیل رہے ہو تم؟ اب تم کہتے ہو "امیروں کو فنا کردو! ان سے ہر شے چھین لو۔ یہ مجرم ہیں۔" اب فقیر فراموش ہوگیا ہے۔ اب دل محبت سے معمور نہیں رہا۔ اس کی بجائے یہ نفرت سے بھر گیا ہے...... اور نفرت ہی نے وہ معاشرہ تخلیق کیا ہے جس میں فقیر ہوتے ہیں۔ اب نفرت تمہارے اندر دوبارہ عمل کررہی ہے۔ تم ایک ایسا معاشرہ تخلیق کرو

گے' جس میں ممکن ہے طبقے بدل جائیں' نام بدل جائیں' تاہم اس میں حکمران اور محکوم ہوں گے' استحصال کرنے والے اور استحصال زدہ ہوں گے' جابر اور مجبور ہوں گے۔ کوئی زیادہ فرق نہیں پڑے گا۔ سب ویسا ہی رہے گا۔ آقا اور غلام موجود رہیں گے۔

واحد ممکن انقلاب دل کا انقلاب ہے۔ جب تم کسی فقیر کو دیکھو' حساس رہو۔ فقیر اور اپنے درمیان کسی شاک ابزوربر کو مت آنے دو۔ حساس رہو۔ یہ مشکل ہوگا کیونکہ یہ نہایت غیر آرام دہ ہوگا۔ تم جو کچھ دے سکتے ہو' دو۔ یہ ذرا بھی مت سوچو کہ وہ فقیر رہے گا یا نہیں — تم جو کرسکتے تھے' تم نے کردیا۔ یہ عمل تمہیں تبدیل کردے گا۔ یہ تمہیں ایک نئی ہستی دے گا' دل کے بہت قریب اور ذہن سے بہت دور۔ یہ تمہاری داخلی قلب ماہیئت ہوتی ہے' اور یہی واحد راستہ ہے۔

اگر افراد اس طرح تبدیل ہوتے رہے تو کسی نہ کسی وقت ایک ایسا معاشرہ وجود پذیر ہوگا جس کے لوگ اتنے حساس ہوں گے کہ وہ استحصال نہیں کرسکیں گے' وہ اتنے چوکس اور آگاہ ہوجائیں گے کہ وہ جبر نہیں کرسکیں گے' وہ اتنے محبت کرنے والے بن جائیں گے کہ غربت اور غلامی کا خیال بھی ناممکن ہوگا۔

دل سے کچھ کرو' اور تھیوریوں (Theories) کا شکار مت بنو۔

☆☆☆

سوال کنندہ پوچھتا ہے:

آپ کہہ چکے ہیں کہ ہمیں لازماً مخالف قطب کی طرف جانا ہوگا' ہمیں لازماً سائنس اور مذہب کو چننا ہوگا' عقلیت اور غیر عقلیت کو' مغرب اور مشرق کو' ٹیکنالوجی اور روحانیت کو۔ کیا میں سیاست اور مراقبہ دونوں کو چن سکتا ہوں؟ کیا میں بیک وقت دنیا کو اور اپنے آپ کو تبدیل کرنا چن سکتا ہوں؟ کیا میں بیک وقت انقلابی اور سنیاسی بن سکتا ہوں؟

ہاں' میں بار بار کہہ چکا ہوں کہ انسان کو قطبین کو قبول کرنا ہوگا۔ تاہم مراقبہ ایک قطب نہیں ہے۔ مراقبہ قطبین کی قبولیت ہے' اور اس قبولیت کے ذریعے انسان قطبین سے

ماورا چلا جاتا ہے۔ پس مراقبے کا مقابل کوئی نہیں ہے۔ اس بات کو سمجھنے کی کوشش کرو۔

تم اپنے کمرے میں گہری تاریکی میں بیٹھے ہو۔ کیا تاریکی روشنی کی مقابل ہے' یا صرف روشنی کی عدم موجودگی ہے؟ اگر یہ روشنی کی مقابل ہے' تو یہ اپنا وجود رکھتی ہے۔ کیا تاریکی اپنا وجود رکھتی ہے؟ کیا یہ حقیقی ہوتی ہے یا یہ صرف روشنی کی عدم موجودگی ہوتی ہے؟ اگر یہ حقیقی ہے تو جب تم شمع جلاؤ تو یہ موجود رہے گی۔ یہ شمع کو بجھانے کی کوشش کرے گی۔ یہ اپنے وجود کے لیے لڑے گی' یہ مزاحمت کرے گی۔ تاہم یہ کوئی مزاحمت نہیں کرتی۔ یہ کبھی نہیں لڑتی' یہ ایک چھوٹی سی شمع کو نہیں بجھا سکتی...... اتنی وسیع تاریکی اور ایک چھوٹی سی شمع۔ شمع کو وسیع تاریکی سے شکست نہیں دی جا سکتی۔ ہو سکتا ہے تاریکی اس گھر پر صدیوں سے حکمران ہو' تاہم تم ایک چھوٹی سی شمع کو لاؤ تو تاریکی یہ نہیں کہہ سکتی کہ ''میں صدیوں پرانی ہوں' میں ٹھیک ٹھاک لڑ سکتی ہوں۔'' وہ تو بس غائب ہو جاتی ہے۔

تاریکی کسی مثبت حقیقت کی حامل نہیں ہوتی' یہ تو بس روشنی کی عدم موجودگی ہے۔ پس جب تم روشنی لاتے ہو' یہ غائب ہو جاتی ہے۔ جب تم روشنی کو بجھا دیتے ہو' یہ رونما ہو جاتی ہے۔ درحقیقت یہ نہ کبھی جاتی ہے اور نہ کبھی آتی ہے' کیونکہ نہ یہ جا سکتی ہے اور نہ آ سکتی ہے۔ تاریکی روشنی کی عدم موجودگی کے سوا کچھ نہیں ہے۔ روشنی ہو تو یہ نہیں ہوتی۔ روشنی نہ ہو تو یہ ہوتی ہے۔ یہ عدم موجودگی ہے۔ ساری زندگی مراقبے کی عدم موجودگی ہے۔ وہ زندگی جو تم بسر کرتے ہو' دنیاوی زندگی — طاقت اور اختیار کی زندگی' استحقاق' انا' حرص و ہوس کی زندگی۔ یہی سیاست ہے۔

سیاست ایک بہت بڑا لفظ ہے۔ اس میں صرف نام نہاد سیاست دان ہی شامل نہیں ہیں' اس میں سارے دنیا دار لوگ شامل ہیں' کیونکہ جو کوئی بھی حریص ہے' وہ سیاست دان ہے۔ جو کوئی بھی کہیں رسائی پانے کی کوشش کر رہا ہے' وہ سیاست دان ہے۔ جہاں کہیں مقابلہ ہے' وہاں سیاست ہے۔ ایک ہی جماعت (Class) میں پڑھنے والے تیس طلباء جو خود کو ہم جماعت (Class Fellows) کہلواتے ہیں — وہ ''جماعت دشمن'' (Class Enemies) ہوتے ہیں' کیونکہ وہ سب مقابلہ کر رہے ہیں' وہ ساتھی (Fellows) نہیں ہوتے۔ وہ سب ایک دوسرے پر غلبہ پانے کی کوشش کر رہے ہوتے ہیں۔ وہ سب گولڈ میڈل پانے

کی کوشش کر رہے ہوتے ہیں' اول آنے کی کوشش کر رہے ہوتے ہیں۔ حرص موجود ہے: وہ پہلے ہی سے سیاست دان ہیں۔

جہاں کہیں مقابلہ اور جدوجہد ہوتی ہے' وہیں سیاست ہوتی ہے۔ پس ساری عمومی زندگی سیاست اساس ہوتی ہے۔

مراقبہ روشنی جیسا ہوتا ہے: جب مراقبہ آتا ہے تو سیاست غائب ہو جاتی ہے۔ پس تم بیک وقت مراقبہ کار اور سیاسی نہیں ہو سکتے ہو۔ یہ ناممکن ہے۔ تم ناممکن کے بارے میں پوچھ رہے ہو۔ مراقبہ ایک قطب نہیں ہے: یہ تو سب تنازعوں کی' سب حرص و ہوس کی' انا کے تمام دھوکوں کی عدم موجودگی ہے۔

میں تمہیں ایک بہت مشہور صوفی کہانی سناتا ہوں:

ایک صوفی نے کہا: ''کوئی شخص انسان کو اس وقت تک نہیں سمجھ سکتا' جب تک وہ لالچ اور ناممکن پن کے باہمی ربط کو نہیں سمجھتا۔''

اس کے مرید نے کہا: ''یہ ایک معمہ ہے' جسے میں سمجھ نہیں سکتا۔''

صوفی بولا: ''جب تم تجربے سے سمجھ سکتے ہو تو معموں میں مت الجھو۔''

اس نے مرید کو ساتھ لیا اور قریبی بازار میں عباؤں کی ایک دکان پر پہنچا۔ ''مجھے سب سے اچھی اور مہنگی عبا دکھاؤ۔'' صوفی نے دکاندار سے کہا۔

دکاندار نے ایک نہایت خوبصورت عبا ان کے سامنے رکھ دی۔ صوفی نے کہا: ''میں بالکل ایسی ہی عبا خریدنا چاہتا ہوں' تاہم اس میں ایک کمی ہے۔ میں چاہتا ہوں کہ اس کے گلے کے اردگرد سنہری حاشیہ ہو اور فر کی جھالر لگی ہو۔''

دکاندار نے کہا: ''میرے پاس کارخانے میں ایک ایسی ہی عبا موجود ہے۔ میں ابھی لاتا ہوں۔'' یہ کہہ کر وہ وہاں سے غائب ہو گیا۔ تھوڑی دیر بعد وہ بالکل ویسی ہی عبا لے کر واپس آیا جس میں صوفی کی خواہش کے مطابق تبدیلیاں ہو چکی تھیں۔

صوفی نے پوچھا: ''اس کی کیا قیمت ہے؟''

دکاندار نے کہا: ''پہلی والی عبا کی قیمت سے بیس گنا زیادہ۔''

''بہت خوب'' صوفی بولا: ''مجھے دونوں دے دو۔''

ایسا ناممکن تھا' کیونکہ وہ پہلے والی عبا ہی تھی۔

صوفی دکھا یہ رہا تھا کہ لالچ کے اندر ایک خاص ناممکن پن پایا جاتا ہے۔ ناممکن پن لالچ میں خلقی طور پر موجود ہوتا ہے۔

بہت زیادہ لالچی مت بنو' کیونکہ بیک وقت سیاست دان اور مراقبہ کار ہونے کے بارے میں پوچھنا بہت بڑا لالچ ہے۔ یہ سب سے بڑا ممکن لالچ ہے۔ تم حریص اور غیر کشیدہ ہونے کا پوچھ رہے ہو۔ تم لڑنے' متشدد ہونے' لالچی ہونے' اور ہنوز پرسکون رہنے کا پوچھ رہے ہو۔ اگر ایسا ممکن ہوتا تو پھر سنیاس کی کوئی ضرورت نہ ہوتی' تب مراقبے کی کوئی ضرورت نہ رہتی۔

تم دونوں کے حامل نہیں ہو سکتے۔ جب تم مراقبہ کرنا شروع کر دیتے ہو تو سیاست غائب ہونا شروع ہو جاتی ہے۔ سیاست کے ساتھ ہی اس کے سارے اثرات بھی ختم ہو جاتے ہیں۔ کشیدہ حالت' پریشانی' اضطراب' کرب' تشدد' لالچ — سب غائب ہو جاتے ہیں۔ یہ ایک سیاسی ذہن کی ضمنی پیداوار ہیں۔

تمہیں فیصلہ کرنا ہوگا: یا تو تم سیاست دان ہو سکتے ہو یا مراقبہ کار۔ تم دونوں نہیں ہو سکتے' کیونکہ جب مراقبہ آتا ہے تو تاریکی غائب ہو جاتی ہے۔ یہ دنیا' تمہاری دنیا' مراقبے کی عدم موجودگی ہے۔ جب مراقبہ آتا ہے تو پھر یہ دنیا تاریکی کی طرح غائب ہو جاتی ہے۔

اسی لیے پتانجلی' شنکر اور وہ دوسرے لوگ جو کہ جان چکے ہیں' کہتے رہتے ہیں کہ یہ دنیا سراب ہے' حقیقی نہیں ہے۔ تاریکی کی طرح سراب' جب ہو تو حقیقی دکھائی دینے والی' تاہم جب تم روشنی لے آؤ تو دفعتاً تمہیں علم ہوتا ہے کہ یہ حقیقی نہیں تھی' یہ غیر حقیقی تھی۔ ذرا تاریکی پر غور کرو۔ یہ کتنی حقیقی ہے۔ یہ کتنی حقیقی نظر آتی ہے۔ یہ تمہیں ہر طرف سے گھیرے ہوئے ہوتی ہے۔ صرف اتنا ہی نہیں — تمہیں خوف محسوس ہونے لگتا ہے۔ خوف تخلیق کرنے والی عدم حقیقت۔ یہ تمہیں ہلاک کر سکتی ہے' جبکہ یہ ہوتی ہی نہیں ہے!

روشنی لاؤ۔ دروازے پر کسی کو کھڑا کر دو' یہ دیکھنے کے لیے کہ تاریکی کو باہر جاتا دیکھے۔ کسی شخص نے کبھی تاریکی کو جاتے ہوئے نہیں دیکھا' کبھی کسی نے تاریکی کو آتے ہوئے نہیں دیکھا۔ یہ صرف موجود لگتی ہے' جبکہ یہ ہوتی نہیں ہے۔

خواہش' لالچ اور سیاست کی نام نہاد دنیا صرف موجود لگتی ہے' ہوتی نہیں ہے۔ جب تم مراقبہ کرتے ہو تو تم اس ساری بکواس پر ہنسنے لگتے ہو' اس ڈراؤنے خواب پر' جو کہ ختم ہو چکا ہوتا ہے۔

لیکن پلیز یہ ناممکن کام کرنے کی کوشش مت کرنا۔ اگر تم نے ایسی کوشش کی تو تم بڑی مشکل میں پڑ جاؤ گے' تمہاری شخصیت منقسم ہو جائے گی۔ ''کیا میں سیاست اور مراقبے کو منتخب کر سکتا ہوں؟ کیا میں بیک وقت دنیا اور اپنے آپ کو تبدیل کرنے کا انتخاب کر سکتا ہوں؟'' ناممکن۔

درحقیقت' دنیا تم ہو۔ جب تم اپنے آپ کو تبدیل کرتے ہو تو تم دنیا کو تبدیل کرنا شروع کر چکے ہوتے ہو — اور دوسرا کوئی راستہ نہیں ہے۔ اگر تم دوسروں کو تبدیل کرنے لگو گے تو تم اپنے آپ کو تبدیل نہیں کر سکو گے اور جو شخص اپنے آپ کو بدلنے کا اہل نہیں ہو' وہ کسی کو تبدیل نہیں کر سکتا۔ وہ صرف یہی یقین کیے چلا جا سکتا ہے کہ وہ عظیم کام کر رہا ہے — جیسا کہ تمہارے سیاست دانوں کو یقین ہے۔

تمہارے نام نہاد انقلابی سب پاگل ہیں' کشیدہ لوگ' پاگل لوگ۔ تاہم ان کا پاگل پن ایسا ہے کہ اگر انہیں ان پر چھوڑ دیا جائے تو وہ مکمل طور پر پاگل ہو جائیں گے' پس وہ اپنے پاگل پن کو کسی کام میں لگا دیتے ہیں۔ وہ معاشرے کو تبدیل کرنے لگتے ہیں' معاشرے کی اصلاح کرنے لگتے ہو...... ساری دنیا کو تبدیل کرنے لگتے ہیں۔ ان کا پاگل پن ایسا ہے کہ وہ اس کی حماقت کو نہیں دیکھ سکتے: تم نے اپنے آپ کو تو تبدیل نہیں کیا — تم کسی دوسرے کو کیسے تبدیل کر سکتے ہو؟

گھر کے قریب تر آنا شروع کر دو۔ پہلے اپنے آپ کو تبدیل کرو' پہلے اپنے اندر روشنی لاؤ' تب تم اہل ہو جاؤ گے...... درحقیقت یہ کہنا درست نہیں ہے کہ تب تم دوسروں کو تبدیل کرنے کے اہل ہو جاؤ گے۔ درحقیقت جب تم اپنے آپ کو تبدیل کر لیتے ہو تو تم ایک لامتناہی توانائی کا سرچشمہ بن جاتے ہو اور یہ توانائی دوسروں کو تبدیل کر دیتی ہے۔ ایسا نہیں ہے کہ تم نے محنت شاقہ کرنی ہے اور لوگوں کو تبدیل کرتے ہوئے شہید ہو جانا ہے۔ نہیں' ایسی کوئی بات نہیں ہے۔ تم تو بس اپنے اندر رہتے ہو' تاہم توانائی' اس کا خالص پن'

اس کی معصومیت' اس کی خوشبو' دائرہ در دائرہ پھیلتی چلی جاتی ہے — گرداب کی طرح۔ یہ دنیا کے تمام ساحلوں تک پہنچتی ہے۔ تمہاری کسی کوشش کے بغیر' جدوجہد سے خالی ایک انقلاب شروع ہوجاتا ہے۔ جب یہ کوشش سے شروع ہوتا ہے' تب تم اپنے نظریات کسی پر زبردستی تھوپ رہے ہوتے ہو۔

سٹالن نے لاکھوں لوگوں کو مروا دیا' کیونکہ وہ انقلابی تھا۔ وہ معاشرے کو تبدیل کرنا چاہتا تھا' اور جو کوئی بھی کسی طرح کی رکاوٹ ڈالتا تھا' اسے راستے سے ہٹا دیا جاتا تھا' قتل کروا دیا جاتا تھا۔ بعض اوقات ایسا ہوتا ہے کہ جو لوگ تمہاری مدد کرنے کی کوشش کررہے ہوتے ہیں' وہ تمہارے خلاف کام کرنے لگتے ہیں۔ انہیں یہ فکر نہیں ہوتی کہ تم تبدیل ہونا چاہتے بھی ہو یا نہیں۔ انہیں تو بس تمہیں تبدیل کرنے کا خبط ہوتا ہے۔ وہ تمہاری رائے لیے بغیر تمہیں تبدیل کرنے میں لگ جاتے ہیں۔ وہ تمہاری بات نہیں سنتے۔ اس قسم کا انقلاب متشدد ہوجاتا ہے' خونیں ہوجاتا ہے۔

اور ہاں' کوئی انقلاب متشدد نہیں ہوسکتا' خونیں نہیں ہوسکتا کیونکہ انقلاب کو تو محبت کا اور دل کا انقلاب ہونا پڑتا ہے۔ حقیقی انقلابی کسی کو تبدیل کرنے کہیں نہیں جاتا ہے۔ اس کی جڑیں اس کے اپنے اندر ہوتی ہیں اور جو لوگ تبدیل ہونا چاہتے ہیں' اس کے پاس آتے ہیں۔ خوشبو ان تک پہنچتی ہے۔ نفیس طریقوں سے' غیر معلوم راستوں سے' جو کوئی بھی اپنے آپ کو تبدیل کرنا چاہتا ہے' جا کر کسی انقلابی کو پالیتا ہے۔ حقیقی انقلابی خود میں رہتا ہے' میسر و مہیا۔ ٹھنڈے پانی کے ایک تالاب کی طرح۔ جو کوئی بھی پیاسا ہوگا' اسے پالے گا۔ تالاب تمہیں نہیں ڈھونڈتا ہے' تالاب تمہارے پیچھے پیچھے نہیں آتا ہے۔ تالاب تمہیں ڈبوئے گا نہیں' کیونکہ تم پیاسے ہو— ہاں اگر تم سنو گے نہیں' تو پھر تالاب تمہیں ڈبو دے گا۔

سٹالن نے بہت زیادہ لوگوں کو قتل کروا دیا۔ انقلابی' ردعمل کے شکار لوگوں (Reactionaries) جیسے ہوتے ہیں — اور بعض اوقات تو اس سے بھی سوا ہوتے ہیں۔

ناممکن کام کرنے کی کوشش مت کرو۔ صرف اپنے آپ کو تبدیل کرو۔ درحقیقت یہ بھی ایک ناممکن کام ہے' اگر تم خود کو اس زندگی میں تبدیل کرسکو تو تم ممنونیت آشنا ہوسکتے

ہو۔ تم کہہ سکتے ہو' ''ایسا کچھ ہو چکا ہے کہ جو بہت بہت کافی ہے۔''

دوسروں کی فکر مت کرو۔ وہ بھی ہستیاں ہیں' وہ بھی شعور کے حامل ہیں' وہ بھی روحوں کے حامل ہیں۔ اگر وہ تبدیلی چاہتے ہیں' تو کوئی ان کا راستہ نہیں روک رہا ہے۔ ٹھنڈے پانی کا ایک تالاب رہو۔ اگر وہ پیاسے ہیں' تو وہ آجائیں گے۔ تمہاری ٹھنڈک ہی بلاوا ہوگی' تمہارے پانی کی پاکیزگی کشش انگیز ہوگی۔

''کیا میں بیک وقت انقلابی اور سنیاسی بن سکتا ہوں؟'' نہیں۔ اگر تم سنیاسی ہو تو تم انقلاب ہوتے ہو' انقلابی نہیں۔ اگر تم سیناسی ہو تو تمہیں انقلابی بننے کی ضرورت نہیں ہوتی' تم تو انقلاب ہوتے ہو۔ جو میں کہہ رہا ہوں اسے سمجھنے کی کوشش کرو۔ تب تم لوگوں کو تبدیل نہیں کرتے ہو' تب تم کہیں انقلاب برپا کرنے نہیں جاتے ہو۔ تم اس کا منصوبہ تیار نہیں کرتے ہو— تم تو اسے ''جیتے'' ہو۔ تمہاری طرز زندگی ہی انقلاب ہوتا ہے۔ تم جہاں کہیں دیکھو گے' جس کو بھی تم چھوؤ گے' انقلاب برپا ہوجائے گا۔ انقلاب بالکل سانس لینے جیسا بن جائے گا— بے ساختہ۔

میں تمہیں ایک صوفی کہانی سناتا ہوں:

ایک مشہور صوفی سے کسی نے پوچھا: ''غیر مرئی پن کیا ہوتا ہے؟''

اس نے کہا: ''میں اس سوال کا جواب تب دوں گا' جب کچھ دکھانے کا موقع آئے گا۔''

صوفی زیادہ بات نہیں کرتے ہیں۔ وہ تو صورت حال تخلیق کرتے ہیں۔ وہ زیادہ بولتے نہیں ہیں' صورتحال کے ذریعے دکھا دیتے ہیں۔

پس صوفی نے کہا تھا' ''جب کبھی موقع آیا تو میں دکھا دوں گا۔''

کچھ عرصے بعد وہ اور اس سے سوال پوچھنے والا شخص فوجیوں کے ایک دستے کے پاس سے گزرے۔ فوجیوں نے کہا: ''ہمیں حکم دیا گیا ہے کہ تمام درویشوں کو گرفتار کرلیں کیونکہ بادشاہ سلامت کہتے ہیں کہ وہ ان کے احکامات کو تسلیم نہیں کرتے اور ایسی باتیں کرتے ہیں جو لوگوں کا سکون غارت کردیتی ہیں۔ پس ہم سارے صوفیوں کو

زندان میں ڈال رہے ہیں۔"

جہاں کہیں بھی کوئی حقیقی مذہبی شخص — انقلاب — موجود ہوتا ہے' سیاست دان بہت زیادہ خوفزدہ ہوجاتے ہیں۔ اس کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ اس کی صرف موجودگی ہی انہیں "پاگل" کردیتی ہے۔ صرف اس کی موجودگی ہی انتشار پیدا کرنے کے لیے کافی ہوتی ہے۔ صرف اس کی موجودگی ہی بے نظمی پیدا کرنے' پرانے معاشرے کو موت سے ہمکنار کرنے کے لیے کافی ہوتی ہے۔ صرف اس کی موجودگی ہی ایک نئی دنیا تخلیق کرنے کے لیے کافی ہوتی ہے۔ وہ ایک وسیلہ بن جاتا ہے۔ جہاں تک اس کی انا کا تعلق ہے تو وہ غیر موجود ہوتی ہے' مکمل طور پر غیر موجود' وہ الوہیت کا وسیلہ بن جاتا ہے۔ حکمران' چالاک لوگ ہمیشہ مذہبی لوگوں سے خوفزدہ رہے ہیں کیونکہ ایک مذہبی شخص سے زیادہ خطرناک کوئی نہیں ہوسکتا۔ وہ انقلابیوں سے خوفزدہ نہیں ہوتے' اس کی وجہ یہ ہے کہ ان کی حکمت عملیاں یکساں ہوتی ہیں۔ وہ انقلابیوں سے خوفزدہ نہیں ہوتے' کیونکہ وہ ویسی ہی زبان استعمال کرتے ہیں' ان کی اصطلاحات ویسی ہی ہوتی ہیں۔ وہ ویسے ہی لوگ ہوتے ہیں' وہ مختلف لوگ نہیں ہوتے۔

ذرا نئی دہلی جاکر سیاستدانوں کو دیکھو۔ وہ سارے سیاستدان جو اقتدار میں ہیں' اور سارے سیاستدان جو اقتدار میں نہیں ہیں — سب یکساں ہوتے ہیں۔ جو اقتدار میں ہوتے ہیں وہ ردعمل کے شکار دکھائی دیتے ہیں کیونکہ وہ اقتدار حاصل کرچکے ہوتے ہیں' اب وہ اس کا تحفظ کرنا چاہتے ہیں۔ چونکہ وہ اقتدار کو اپنے ہاتھوں میں رکھنا چاہتے ہیں' اس لیے وہ اسٹیبلشمنٹ بن جاتے ہیں۔ جو اقتدار میں نہیں ہوتے — وہ انقلاب کی باتیں کرتے ہیں کیونکہ وہ انہیں اقتدار سے نکال باہر کرنا چاہتے ہیں۔ جب وہ اقتدار میں آجاتے ہیں تو وہ بھی ردعمل کے شکار ہوجاتے ہیں اور جو اقتدار میں تھے' جنہیں اقتدار سے نکال باہر کردیا گیا ہوتا ہے' وہ انقلابی بن جاتے ہیں۔

ایک کامیاب انقلابی مردہ انقلابی ہوتا ہے' اور اقتدار سے نکالا جانے والا حکمران انقلابی بن جاتا ہے۔ وہ لوگوں کو فریب دیئے چلے جاتے ہیں۔ خواہ تم اقتدار والوں کو چن رہے ہو یا انہیں جو اقتدار میں نہیں ہیں' تم مختلف لوگوں کو نہیں چن رہے ہوتے۔ تم ایک جیسے

لوگوں کو چن رہے ہوتے ہو۔ ان کے لیبل مختلف ہوتے ہیں' وہ خود ذرا بھی مختلف نہیں ہوتے۔

ایک مذہبی انسان ایک حقیقی خطرہ ہوتا ہے۔ اس کا وجود ہی خطرناک ہوتا ہے' کیونکہ وہ اس کے وسیلے سے نئی دنیائیں وجود میں لے آتا ہے۔

فوجیوں نے صوفی اور اس کے مرید کو گھیرے میں لے لیا۔ انہوں نے کہا کہ وہ صوفیوں کو ڈھونڈ رہے ہیں۔ تمام صوفیوں کو گرفتار کرنا ہے کیونکہ بادشاہ سلامت نے ایسا کرنے کا حکم دیا ہے۔ کیونکہ ان کا کہنا ہے کہ وہ ایسی باتیں کرتے ہیں جو ناگوار ہوتی ہیں اور وہ ایسی سوچیں ابھارتے ہیں جو کہ لوگوں کا سکون برباد کردیتی ہیں۔"

صوفی نے کہا: "تمہیں ایسا ہی کرنا چاہیے ...... تمہیں اپنا فرض لازماً ادا کرنا چاہیے۔"

"کیا تم صوفی نہیں ہو؟" فوجیوں نے پوچھا۔

"تم جانچ لو۔" صوفی نے کہا۔

فوجیوں کے افسر نے ایک صوفی کتاب نکالی اور پوچھا: "یہ کیا ہے؟"

صوفی نے کتاب کے سرورق کو دیکھا اور بولا: ایسی شے جسے میں تمہارے سامنے جلا دوں گا' کیونکہ تم نے ایسا جو نہیں کیا۔"

اس نے کتاب کو جلا دیا اور فوجی مطمئن ہوکر وہاں سے چلے گئے۔

صوفی کے ساتھی نے پوچھا: "اس عمل کا کیا مقصد تھا؟"

صوفی نے جواب دیا: اپنے آپ کو غیر مرئی بنانا۔ کیونکہ دنیا والوں کے لیے دکھائی دینے کا مطلب ہے کہ انہیں توقع ہوتی ہے تم انہی جیسے دکھائی دو۔ اگر تم مختلف دکھائی دو تو تمہاری اصل فطرت ان کے لیے غیر مرئی ہوجاتی ہے۔"

مذہبی انسان انقلاب والی زندگی جیتا ہے' مگر دکھائی نہ دیتے ہوئے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ دکھائی دینے والا بننا' خام بننا ہے۔ دکھائی دینے والا بننا زینے کے سب سے نچلے پائیدان پر آنا ہے۔ ایک مذہبی شخص' ایک سنیاسی' اپنے اندر انقلاب برپا کرتا ہے اور غیر مرئی

رہتا ہے۔ توانائی کا یہ غیر مرئی سرچشمہ معجزے برپا کرتا رہتا ہے۔

اگر تم سنیاسی ہو تو پھر انقلابی بننے کی کوئی ضرورت نہیں ہے، تم تو پہلے ہی ایک انقلاب ہو۔ میں ایک ''انقلاب'' کہتا ہوں کیونکہ انقلابی تو مردہ ہوتا ہے، انقلابی کے نظریات متعین ہوتے ہیں — انقلابی کا پہلے ہی ایک ذہن ہوتا ہے۔ میں کہتا ہوں ''انقلاب''۔ یہ ایک عمل ہوتا ہے۔ سنیاسی کے نظریات متعین نہیں ہوتے، وہ لمحہ بہ لمحہ جیتا ہے۔ وہ لمحے کی حقیقت کے مطابق عمل کرتا ہے — متعین نظریات کے مطابق نہیں۔

صرف دیکھو۔ کسی کمیونسٹ سے بات کرو، تم دیکھو گے کہ وہ سن نہیں رہا ہوگا۔ ہوسکتا ہے وہ سر ہلا رہا ہو، تاہم وہ سن نہیں رہا ہوتا۔ کسی کیتھولک سے بات کرو، وہ سنتا نہیں ہے۔ کسی ہندو سے بات کرو، وہ سنتا نہیں ہے۔ جب تم بات کر رہے ہوتے ہو تو وہ جواب تیار کر رہا ہوتا ہے — اپنے پرانے، متعین نظریات کے ذریعے۔ حتیٰ کہ تم اس کے چہرے پر دیکھ سکتے ہو، ایک مردنی ہوتی ہے، ایک بے حسی ہوتی ہے۔ کسی بچے سے بات کرو، وہ بات سنے گا، بڑے غور سے سنے گا۔ اگر وہ سنے تو پوری توجہ سے سنتا ہے۔ اگر وہ نہیں سنے تو بالکل نہیں سنتا۔ وہ کامل ہوتا ہے۔ کسی بچے سے بات کرو، اور تم اپنی بات کا اثر دیکھو گے، خالص اور تازہ۔

سنیاسی بچے کی طرح ہوتا ہے، سادہ و معصوم۔ وہ خیالات کی زندگی نہیں جیتا ہے۔ وہ کسی آئیڈیالوجی کا غلام نہیں ہوتا ہے۔ وہ شعور کی زندگی جیتا ہے، وہ آگہی کی زندگی جیتا ہے۔ وہ زمانہ حال میں جیتا ہے، لمحہ موجود میں جیتا ہے! اس کا کوئی گزرا ہوا کل نہیں ہوتا اور اس کا کوئی آنے والا کل نہیں ہوتا، اس کا صرف آج ہوتا ہے۔

مذہبی شخص نہ گزرا ہوا کل رکھتا ہے، نہ آنے والا کل، صرف آج۔ لمحۂ موجود ہی سب کچھ ہے۔ مذہبی شخص ماضی کے نظریات، تصورات، متعین تصورات اور فلسفوں کے تحت نہیں جیتا ہے۔ وہ لمحۂ موجود میں جیتا ہے۔ وہ اپنے شعور کے تحت جیتا ہے۔ وہ ہمیشہ بہار کی طرح ہوتا ہے، ہر وقت تازہ، ماضی سے غیر آلودہ۔

پس اگر تم سنیاسی ہو تو تم ایک انقلاب ہو۔ انقلاب انقلابیوں سے عظیم تر ہوتا ہے۔ انقلابی وہ ہوتے ہیں جو کہیں رک گئے ہوتے ہیں، دریا منجمد ہو چکا ہوتا ہے، اب وہ بہہ نہیں رہا ہوتا۔ سنیاسی ہمیشہ بہتا رہتا ہے، دریا کبھی نہیں رکتا — وہ بہتا رہتا ہے، سدا بہتا

رہتا ہے۔ سنیاسی ایک بہاؤ ہوتا ہے۔

☆☆☆

اوشو! کیا آپ یوگی ہیں، بھگت ہیں، گیانی ہیں یا تانترک ہیں؟

میں کچھ بھی نہیں ہوں۔ یہ سب بکواس ہے۔ مجھ پر لیبل چسپاں کرنے کی کوشش مت کرو۔ ذہن مجھے ایک شناخت دینا چاہتا ہے، تاکہ تم کہہ سکو کہ یہ شخص فلاں ہے، اور تم مجھے محدود کر سکو۔ یہ کام اتنا آسان نہیں ہے۔ میں اس کی اجازت نہیں دوں گا۔ میں پارے جیسا رہوں گا، تم جتنا زیادہ مجھے گرفت کرنے کی کوشش کرو گے، میں اتنا ہی تمہارے ہاتھ سے نکل جاؤں گا۔ یا تو میں ہوں یا میں نہیں ہوں — صرف انہی دو زمروں کی اجازت دی جاسکتی ہے، اور درمیان میں کسی زمرے کی اجازت نہیں ہے کیونکہ وہ سچ کو بیان نہیں کریں گے۔ جس دن تم مجھے جان لو گے، وہ تمہارے لیے عظیم آگہی کا دن ہوگا۔

آؤ میں تمہیں ایک کہانی سناتا ہوں، جو میں نے کل ہی پڑھی تھی۔ ایچ۔ جی۔ ویلز اس کہانی The Country Of The Blind میں کہتا ہے کہ ایک مسافر ایسی وادی میں جا پہنچتا ہے، جو اونچے اونچے پہاڑوں میں گھری ہوتی ہے۔ وہاں کے سارے باسی اندھے ہوتے ہیں — اندھوں کی وادی۔ مسافر کچھ عرصے اس عجیب و غریب جگہ پر رہتا ہے۔ وہاں کے لوگ اسے انوکھا تصور کرتے ہیں۔ ان کا ماہر کہتا ہے کہ اس کے ذہن پر آنکھیں کہلانے والی انوکھی چیزوں کا اثر ہے، جو کہ ہر وقت مرتعش حالت میں رہتی ہیں۔ وہ لوگ فیصلہ کرتے ہیں کہ وہ اس وقت تک نارمل نہیں ہوگا جب تک اس کی آنکھیں نکال نہیں دی جاتیں۔ ان کا ماہر کہتا ہے کہ اس کا فوری طور پر آپریشن کرنا ہوگا۔

وہ سب اندھے تھے۔ وہ تصور بھی نہیں کر سکتے تھے کہ کسی انسان کی آنکھیں بھی ہوسکتی ہیں۔ آنکھیں ان کے لیے ایبنارمل تھیں؛ انہیں نکال دینے سے وہ آدمی نارمل ہوسکتا تھا۔

مسافر کو ایک اندھی دوشیزہ سے محبت ہوجاتی ہے، جو اس سے اپنی آنکھیں نکلوا دینے پر اصرار کرتی ہے، تاکہ وہ دونوں ہنسی خوشی جی سکیں۔ وہ اسے کہتی ہے ''اگر تم آنکھیں نہیں نکلواؤ گے تو میری برادری تمہیں قبول نہیں کرے گی۔ تم ایبنارمل ہو۔ تم بہت عجیب ہو۔ تم بدقسمتی کا شکار ہو۔ کسی نے آنکھوں کے بارے میں نہیں سنا ہے۔ تم لوگوں سے پوچھ سکتے ہو، کسی نے کبھی نہیں دیکھا ہے۔ ان دو آنکھوں کی وجہ سے، تم میری برادری میں اجنبی رہو گے اور وہ مجھے تمہارے ساتھ زندگی گزارنے کی اجازت نہیں دیں گے۔ میں خود بھی تمہارے ساتھ زندگی گزارنے پر تھوڑی سی خوفزدہ ہوں۔ تم بہت مختلف ہو، بہت اوپرے ہو۔''

وہ اس سے التجا کرتی ہے کہ وہ اپنی آنکھیں نکلوا دے تاکہ دونوں ہنسی خوشی جی سکیں۔ چونکہ مسافر کو اس دوشیزہ سے محبت ہوتی ہے اس لیے وہ اپنی آنکھیں نکلوانے پر آمادہ ہوجاتا ہے۔ لیکن ہوتا یہ ہے کہ اگلی صبح وہ سورج کو طلوع ہوتے ہوئے دیکھتا ہے، اُسے پھولوں بھرے قطعے نظر آتے ہیں ...... وہ اس اندھیروں کی وادی سے گھبرا جاتا ہے۔ وہ تیزی سے پہاڑوں پر چڑھتا ہے اور آنکھوں والوں کی دنیا میں واپس چلا جاتا ہے، جہاں لوگ روشنی میں چل پھر رہے ہوتے ہیں۔

گوتم بدھ، عیسیٰ، کرشن، زرتشت، وہ سب اندھوں کی وادی میں آنکھوں والے انسان تھے۔ تم انہیں جو چاہو کہہ سکتے ہو— یوگی، بدھ، جین، عیسائی، بھگت۔ تم جو پسند کرو انہیں کہو، لیکن تمہارے سب لفظ ایک ہی بات کہتے ہیں: وہ تم سے مختلف ہیں، وہ ایک خاص قسم کی بصیرت کے حامل ہیں، وہ آنکھوں والے ہیں، وہ ایسی شے کو دیکھ سکتے ہیں، جسے تم دیکھنے سے قاصر ہو۔

تم شروع میں ان کی مخالفت کرتے ہو، یہاں تک کہ اس وقت بھی، کہ جب تم

ان کی پیروی کررہے ہوتے ہو، کیونکہ ان کی بصیرتیں تمہاری مخالفت کے باوجود تمہارے اندر ایک عظیم خواہش کو جنم دیتی ہیں۔ تمہارے اندر تمہاری فطرت کہہ رہی ہوتی ہے کہ تم بھی ایسی آنکھوں کے مالک ہوسکتے ہو۔ سطح پر تم رد کرتے رہتے ہو، اندر اندر سوچتے رہتے ہو کہ تم درست نہیں ہو۔ ہوسکتا ہے یہ آنکھیں نارمل ہوں، اور تم ایبنارمل ہو۔ ہوسکتا ہے تم اکثریت میں ہو، تاہم یہ بات اسے سچائی نہیں بناتی۔

ان لوگوں کو اندھوں کی وادی میں آنکھوں والوں کی حیثیت سے یاد رکھنا چاہیے۔ میں یہاں درمیان ہوں۔ میں تمہاری مشکل کو سمجھتا ہوں کیونکہ میں اسے دیکھ سکتا ہوں جسے تم دیکھ نہیں سکتے، میں اسے محسوس کرسکتا ہوں جسے تم محسوس نہیں کرسکتے، میں اسے چھو سکتا ہوں، جسے تم چھو نہیں سکتے۔ میں سمجھتا ہوں کہ تم میرے قائل بھی ہو جاؤ تو کہیں گہرائی میں ایک شک موجود رہتا ہے۔ ایک شک — کون جانے؟ — یہ شخص خیال آرائی کررہا ہو۔ کون جانے؟ — یہ شخص دھوکا دے رہا ہو۔ کون جانے؟ — کیونکہ جب تک یہ تم میں ایک تجربہ نہیں بن جاتا تم اعتبار کیسے کرسکتے ہو؟

تم مجھے کسی زمرے میں شامل کرنا پسند کرتے ہو۔ اس سے تمہیں کم از کم ایک نام، ایک لیبل مل جائے گا اور تم راحت محسوس کرو گے۔ اگر تم مجھے قرار دے سکو کہ یہ ایک یوگی ہے تو تم محسوس کرنے لگو گے کہ تم مجھے جانتے ہو۔ کم از کم تم محسوس کرتے ہو کہ تم جانتے ہو۔ نام دینے سے، لوگ محسوس کرتے ہیں کہ وہ جانتے ہیں۔ یہ ایک خبط ہے۔

ایک بچہ تم سے پوچھتا ہے، ''یہ کون سا پھول ہے؟'' پھول اسے بے چین کردیتا ہے کیونکہ پھول اسے اس کی عدم آگہی کا احساس دلاتا ہے۔ تم اسے بتاتے ہو، ''یہ گلاب کا پھول ہے۔'' وہ خوش ہو جاتا ہے۔ وہ نام کو دہراتا ہے، ''یہ گلاب کا پھول ہے، یہ گلاب کا پھول ہے۔'' وہ دوسرے بچوں کے پاس جاتا ہے اور وہ بہت خوش ہوتا ہے اور کہتا ہے: ''دیکھو، یہ گلاب کا پھول ہے۔'' اس نے کیا سیکھا ہوتا ہے؟ صرف ایک نام۔ تاہم اب وہ چین سے ہوتا ہے، اب وہ مزید غیر آگاہ نہیں رہا ہوتا۔ کم از کم اب اسے اپنی عدم آگہی کا احساس نہیں ہوسکتا— اب وہ علم والا ہوتا ہے۔ اب کچھ غیر معلوم نہیں رہا ہوتا۔ اب گلاب کا پھول معلوم دنیا میں داخل ہونے والا غیر معلوم نہیں رہا ہوتا، وہ معلوم کا حصہ بن چکا ہے۔

صرف اسے ایک نام دینے سے' صرف اسے ''گلاب'' کہنے سے۔ تم نے کیا کیا ہے؟

جب کبھی تم کسی اجنبی سے ملتے ہو' تم اس سے فوراً پوچھتے ہو: ''تمہارا نام کیا ہے؟'' کیوں؟ تم بغیر نام والے کے ساتھ کیوں نہیں جی سکتے؟ جبکہ ہر شخص بے نام ہے۔ کوئی شخص نام کے ساتھ نہیں آتا ہے' ہر شخص نام کے بغیر آتا ہے۔ جونہی بچہ پیدا ہوتا ہے' سارا گھرانہ سوچنے لگتا ہے کہ اس کا کیا نام رکھا جائے۔ تم اتنی جلدی میں کیوں ہوتے ہو؟ اس کی وجہ یہ ہے کہ ایک اور اجنبی تمہاری دنیا میں آ جاتا ہے۔ تمہیں اس پر لیبل لگانا ہوتا ہے۔ جونہی تم اس پر لیبل لگا دیتے ہو' مطمئن ہو جاتے ہو۔

سارے نام لایعنی ہوتے ہیں۔ اس ننھے بچے کا کوئی نام نہیں ہے۔ یہ بھگوان کی طرح بے نام ہے۔ تاہم ایک نام دینا ہوگا' انسانی ذہن میں ایک خاص خبط اور ایک خاص آئیڈیا ہے کہ جب تم کسی شے کو ایک مرتبہ نام دے دیتے ہو تو تم اسے جان چکے ہوتے ہو۔ لوگ میرے پاس آتے ہیں' مجھ سے پوچھتے ہیں: ''آپ کون ہیں؟ ہندو' جین' مسلمان' عیسائی؟'' اگر وہ کیٹیگری بنا سکیں کہ میں ہندو ہوں' تو وہ اطمینان محسوس کریں گے — کہ وہ مجھے جانتے ہیں۔ اب لفظ ''ہندو'' علم کا ایک جھوٹا احساس دے گا۔

تم مجھ سے پوچھتے ہو: ''آپ کون ہیں؟ بھگت' یوگی گیانی یا تانترک؟'' اگر تم ایک نام پا سکو تو تم سکون محسوس کرو گے۔ تب تم راحت پا سکو گے۔ تب کوئی مسئلہ نہیں رہے گا۔

تاہم کیا تم مجھے ایک نام دے کر جان سکتے ہو؟ حقیقت تو یہ ہے کہ اگر تم مجھے جاننا چاہتے ہو تو پلیز مجھے نام مت دو۔ سب زمروں کو ترک کر دو۔ بس سیدھا دیکھو۔ اپنی آنکھیں کھولو اور ان پر سے ساری گرد جھاڑ دو۔ علم کے بغیر مجھے دیکھو۔ مجھے ایک سادہ' معصوم نگاہ سے دیکھو' کسی نظریے کے بغیر' کسی تعصب کے بغیر' اور تم آر پار دیکھنے کے اہل ہو گے۔ میں تمہارے لیے شفاف بن جاؤں گا۔ مجھے جاننے کا یہی واحد راستہ ہے۔ حقیقت کو جاننے کا یہی واحد راستہ ہے۔

گلاب کو دیکھو اور لفظ ''گلاب'' کو فراموش کر دو۔ درخت کو دیکھو اور لفظ ''درخت'' کو فراموش کر دو۔ سبزے کو دیکھو اور لفظ ''سبز'' کو فراموش کر دو۔ یوں فوری طور پر تم اپنے اردگرد ایک انوکھی موجودگی سے آگاہ ہو گے اور یہی بھگوان ہے۔

بھگوان کو لیبل لگا دو تو دنیا بن جاتی ہے' دنیا کا لیبل اتار دو تو دوبارہ بھگوان بن جاتا ہے۔ بھگوان تمہارے ذہن میں مشروط ہو تو دنیا بن جاتا ہے' دنیا غیر مشروط ہو' ناتعمیر شدہ ہو' غیر معلوم ہو تو بھگوان بن جاتی ہے۔

میری طرف دیکھو بغیر کسی لفظ کے۔

☆☆☆

اگر میں اپنے آپ سے خوفزدہ ہوں تو سقوط کس طرح ممکن ہے؟ اور میرا دل دکھ رہا ہے۔ محبت کا دروازہ کدھر ہے؟

سقوط میں کوئی ''کس طرح'' نہیں ہوتا ہے۔ اگر تم انا کی حماقت کو سمجھتے ہوتے' اگر تم انا کے الم کو سمجھتے ہوتے تو اسے ترک کر دیتے۔ اس میں کوئی ''کس طرح'' نہیں ہوتا۔ تم صرف الم کو دیکھتے ہو اور تم اسے ترک کر دیتے ہو۔ تم اس سے اس وجہ سے چمٹے ہوئے ہو کہ تم اس کے ذریعے ایک خواب سے لطف اندوز ہو رہے ہو۔ تم اس کے الم کو نہیں سمجھے۔ تم اب بھی امید کر رہے ہو کہ اس میں کوئی خزانہ ہو سکتا ہے۔

اپنے اندر گہرائی تک دیکھو۔ یہ مت پوچھو کہ اسے کس طرح ترک کرنا ہے۔ صرف یہ دیکھو کہ تم کس طرح اس سے چمٹے ہوئے ہو۔ چمٹنا مسئلہ ہے۔ اگر تم اس سے نہیں چمٹے تو یہ خود بخود ترک ہو جاوے گی۔ اگر تم مجھ سے پوچھو کہ اس کو کس طرح ترک کرنا ہے اور تم نے یہ نہیں دیکھا ہے کہ تم اس سے چمٹے ہوئے ہو۔ میں تمہیں ایک تیکنیک بتا سکتا ہوں۔ تم اپنی انا سے چھٹو گے اور تم تیکنیک سے بھی چمٹنے لگو گے۔ کیونکہ تم نے چمٹنے کے عمل کو سمجھا نہیں ہے۔

میں نے ایک پروفیسر کی کہانی سنی ہے۔ وہ ایک نہایت غائب دماغ انسان تھا' جیسے کہ پروفیسر ہوتے ہیں' تقریباً ہمیشہ غائب دماغ۔ ایسا نہیں ہوتا کہ وہ لاذہنی کی حالت کو پا چکے ہوتے ہیں۔ ان کے ذہن اتنے گھرے ہوئے ہوتے ہیں کہ وہ ہر جگہ سے غیر حاضر ہو جاتے ہیں۔ وہ صرف سروں میں ہوتے ہیں۔ یہ پروفیسر بھی ہر چیز بھول جاتا تھا۔ ایک روز وہ اپنی چھتری کہیں بھول آیا۔ اس کی بیوی نے چھتری ڈھونڈنے کے لیے اس سے کچھ نشانیاں پوچھنے کی کوشش کی۔

وہ بولی: ''تم نے پہلے اسے کب بھولا تھا؟'' کسی غائب دماغ انسان سے ایسا سوال پوچھنا غلط ہے۔ کیونکہ جو شخص چھتری بھول آیا ہے' وہ یہ بھی بھول چکا ہے کہ وہ کب اسے بھولا تھا۔

پروفیسر کی بیوی نے کہا: ''تم نے پہلے اسے کب بھولا تھا؟''

اس نے جواب دیا: ''جب میں نے تھوڑی سی پھوار پڑنے پر اسے کھولنے کے لیے ہاتھ اوپر کیا تھا۔ تب مجھے احساس ہوا کہ چھتری نہیں ہے۔''

تم چمٹے ہوئے ہو' اور تم پوچھ رہے ہو کہ اسے کس طرح ترک کرنا ہے۔ چمٹنے والا ذہن تیکنیک سے چمٹنے لگتا ہے۔ پلیز ''کس طرح'' مت پوچھا کرو۔ اپنے اندر تلاش کرو۔ تم کیوں چمٹے ہوئے ہو۔ تمہاری انا نے تمہیں اب تک کیا دیا ہے؟ کیا اس نے وعدوں کے علاوہ کچھ دیا ہے؟ کیا اس نے کبھی کوئی وعدہ پورا کیا ہے؟ کیا تم ہمیشہ اس سے فریب کھاتے رہو گے؟ کیا تم اب تک اس سے کافی فریب نہیں کھا چکے؟ کیا تم ابھی مطمئن نہیں ہوئے؟ کیا تمہیں اب بھی علم نہیں ہے کہ یہ تمہیں کہیں نہیں لے جا رہی' بالکل ایسے جیسے کوئی گرداب' تم گھوم رہے ہو' پرانے خوابوں کی امید میں؟ ہر مرتبہ تم پریشان ہو جاتے ہو' تم نہیں دیکھتے کہ عین ابتدا سے ہی وعدہ جھوٹا تھا۔ جس لمحے تم پریشان ہوتے ہو' تم دوبارہ ایک نیا خواب دیکھنے لگتے ہو اور انا تم سے وعدے کرتی رہتی ہے۔

انا بانجھ ہے۔ یہ صرف وعدے کر سکتی ہے۔ یہ کبھی کچھ دے نہیں سکتی۔ اس پر غور کرو۔ وعدے اور اس کے وفا ہونے کے درمیان بے انتہا کرب ہے' الم ہے' پریشانی ہے۔

جسم جہنم کا تم نے سنا ہے' وہ جغرافئے کا حصہ نہیں ہے' وہ زمین کے نیچے نہیں ہے۔ وہ تو تمہاری انا کے نیچے ہے۔ جب تم انا کے الم سے آگاہ ہو جاتے ہو تو تم چمٹتے نہیں ہو۔ میں تمہیں ترک کرنے کا نہیں کہتا۔ تم چمٹو مت۔ سپردگی فوراً رونما ہو جائے گی۔ سپردگی انا کی غیر موجودگی ہے۔

تاہم تم کبھی نہیں پوچھتے: ''میں انا سے کیوں چمٹا ہوا ہوں؟'' تم تو پوچھتے ہو: ''سقوط کس طرح ممکن ہے؟'' تم غلط سوال پوچھتے ہو۔ لوگ تمہیں ایک ہزار ایک باتیں بتاتے ہیں اور تم ان سے چمٹ جاتے ہو۔ تم بے شمار طریقوں' تیکنیکوں' فلسفوں' دھرموں'

مندروں اور معبدوں سے چمٹے ہوئے ہو۔ صرف ایک انا کو ترک کرنے کے لیے تم نے دنیا میں تین سو دھرم بنا لیے ہیں۔ صرف ایک ذرا سی انا کو ترک کرنے کے لیے لاکھوں تیکنیکیں اور طریقے ہیں' ہزاروں کتابیں لکھی جا رہی ہیں کہ اسے کس طرح ترک کرنا ہے۔ جتنا زیادہ تم پڑھتے ہو' جتنا زیادہ تم علم والے بنتے ہو' اتنا ہی کم اسے ترک کرنے کا امکان ہوتا ہے — کیونکہ اب تم اس سے مزید چمٹ چکے ہو۔ اب تمہاری انا کی خوب آرائش ہو گئی ہے۔

میں ایک بہت معروف ناول نگار کی آپ بیتی پڑھ رہا تھا۔ اپنی زندگی کے آخری برسوں میں وہ ہر کسی سے کہا کرتا تھا: ''میں نے اپنی زندگی ضائع کر دی۔ میں تو کبھی ناول نگار نہیں بننا چاہتا تھا۔'' کسی نے اس سے پوچھا: ''تو تم نے ناول نگاری ترک کیوں نہیں کر دی؟ میں بیس سال سے تمہاری یہ بات سن رہا ہوں اور میں ایسے لوگوں کو جانتا ہوں' جو کہتے ہیں کہ وہ اس سے زیادہ عرصے سے تمہارا یہی شکوہ سن رہے ہیں۔ تم نے ناول نگاری ترک کیوں نہیں کر دی؟'' اس نے کہا: ''میں ایسا کس طرح کر سکتا تھا؟ جب مجھے پتا چلا کہ یہ میرا کام نہیں ہے تو میں اس وقت تک مشہور ہو چکا تھا۔ جب میں نے یہ محسوس کیا کہ یہ میرا کام نہیں' اس وقت تک میں مشہور ناول نگار بن چکا تھا۔''

اگر تم انا کی آرائش کرتے رہے تو تم اسے ترک نہیں کر سکو گے۔ تمہارا علم اسے سجاتا ہے۔ تمہارا چرچ جانا اسے سجاتا ہے۔ تمہارا روز گیتا پڑھنا اسے سجاتا ہے۔ تم دوسروں کو اپنے سے ''زیادہ مقدس'' کہتے ہوئے دیکھ سکتے ہو اور تم اپنی نظروں میں حقارت بھر کر دیکھ سکتے ہو کہ ساری دنیا جہنم میں جا رہی ہے — سوائے تمہارے۔

تم عاجز بننے کی کوشش کرتے رہتے ہو' سادہ بننے کی کوشش کرتے رہتے ہو' لیکن تمہاری سادگی کے اندر انا تخت پر بیٹھی ہوتی ہے۔

اور تم اس کے لیے جواز ڈھونڈتے رہتے ہو۔ تمام جواز سجاوٹ ہوتے ہیں۔

یاد رکھو' ہمیشہ الف بے سے آغاز کرو۔ دیکھو کہ تم کہاں چمٹے ہوئے ہو اور کیوں چمٹے ہوئے ہو۔ مت پوچھو کہ سقوط ''کس طرح'' ممکن ہے۔ صرف دیکھو اور جانو کہ تم انا سے کیوں چمٹے ہوئے ہو' تم اڑیل کیوں ہو۔

اگر تم اب بھی یہ محسوس کرتے ہو کہ انا تمہیں کوئی جنت دے رہی ہے تو پھر انتظار

کرو۔۔۔ سقوط کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔ اگر تم محسوس کرتے ہو کہ سارے وعدے جھوٹے ہیں اور انا دھوکے باز ہے تو پھر یہ پوچھنے کی کیا ضرورت ہے کہ سقوط کس طرح ممکن ہے؟ چٹھومت۔ درحقیقت' جب تم جان جاؤ کہ یہ آگ ہے تو اس سے دور ہو جاؤ۔ جب تم جان جاؤ کہ تمہارے گھر کو آگ لگی ہوئی ہے تو کسی سے مت پوچھو کہ باہر کس طرح نکلنا ہے۔

ایک مرتبہ میں اپنے گھر میں بیٹھا ہوا تھا۔ سامنے والے گھر کو آگ لگ گئی۔ وہ گھر تین منزلہ تھا۔ تیسری منزل پر ایک موٹا آدمی رہتا تھا۔ وہ کھڑکی سے چھلانگ لگانے کی کوشش کر رہا تھا۔ سارا ہجوم کہہ رہا تھا: ''چھلانگ مت لگاؤ۔ ہم سیڑھی لا رہے ہیں۔'' لیکن جب گھر کو آگ لگی ہو تو کون سنتا ہے؟ اس نے چھلانگ لگا دی۔ اس نے سیڑھی کا انتظار نہیں کیا۔ حالانکہ خطرہ کوئی نہیں تھا کیونکہ آگ ابھی پہلی منزل تک تھی۔ تیسری منزل تک پہنچتے پہنچتے اسے وقت لگتا اور اتنی دیر میں سیڑھی لے آئی جاتی۔ جبکہ سارا ہجوم چیخ چیخ کر اسے کہہ رہا تھا: ''انتظار کرو۔'' لیکن اس نے ان کی بات نہیں سنی۔ اس نے چھلانگ لگا کر اپنی ٹانگ تڑوالی۔

بعد میں میں اسے ملنے گیا۔ میں نے کہا: ''تم نے حیران کن کام کیا ہے۔ تم نے پوچھا نہیں کہ کس طرح چھلانگ لگائی ہے۔ کیا تم نے کبھی پہلے تین منزلہ عمارت سے چھلانگ لگائی تھی؟''

''اس نے کہا: ''کبھی نہیں۔''

''کیا تم نے کبھی اس کی مشق کی تھی؟''

''کبھی نہیں۔''

''کوئی ریہرسل؟''

وہ بولا: ''تم کیسی باتیں کر رہے ہو! ایسا پہلی مرتبہ ہوا ہے!''

''کیا تم نے کسی کتاب سے استفادہ کیا تھا؟ کیا کسی استاد سے پوچھا تھا؟''

اس نے کہا: ''تم عجیب باتیں کر رہے ہو۔ میں تو اپنی بیوی بچوں کے آنے کا انتظار نہیں کر سکا تھا۔ میں تو یہ بھی نہیں سمجھ سکا تھا کہ لوگ اتنا شور کیوں مچا رہے ہیں۔ بعد میں جب میں زمین پر پڑا تھا تب مجھے سمجھ آئی تھی کہ وہ سیڑھی لا رہے تھے۔''

جب گھر کو آگ لگی ہوتی ہے تو تم اس سے چھلانگ لگا دیتے ہو۔ تم نہیں پوچھتے ''کس طرح'' اور میں تمہیں کہتا ہوں' تمہارے گھر کو آگ لگی ہوئی ہے۔ تم فوراً پوچھتے ہو کہ چھلانگ کس طرح لگائی ہے۔ نہیں' تم سمجھے نہیں ہو۔ تم اب بھی محسوس نہیں کرتے کہ تمہارے گھر کو آگ لگی ہوئی ہے۔ میں کہتا ہوں' تو میرے کہنے سے تمہارے اندر ایک تصور ابھرتا ہے۔ ''اس سے چھلانگ کس طرح لگائی ہے؟'' اگر تم حقیقتاً سمجھ جاؤ کہ تمہارے گھر کو آگ لگی ہوئی ہے۔ تب میں پکار پکار کر یہ کہوں بھی کہ ''میں سیڑھی لا رہا ہوں! انتظار کرو!'' تو تم انتظار نہیں کرو گے۔ تم چھلانگ لگا دو گے۔ خواہ تم ٹانگ تڑوا لو۔

لیکن تم سکون سے' آرام سے' بے فکری سے پوچھتے ہو ''سقوط کس طرح ممکن ہے؟'' ''کس طرح'' کی گنجائش نہیں ہے۔ صرف انا کے پیدا کیے ہوئے الم کی طرف دیکھو۔ اگر تم اسے محسوس کر سکو تو تم اس سے نجات پا سکتے ہو۔

''اور میرا دل دکھ رہا ہے۔'' ایسا تو ہونا ہی ہے۔ انا ہو گی تو بہت زیادہ دکھ ہو گا' درد ہو گا۔

اور تم پوچھتے ہو' ''محبت کا دروازہ کدھر ہے؟'' انا سے باہر آ جاؤ۔ یہی محبت کا دروازہ ہے۔ انا سے باہر آ جاؤ اور سامنے دل کا دروازہ ہے' انا تمہیں محبت سے روکتی ہے' انا تمہیں مراقبے سے روکتی ہے' انا تمہیں عبادت سے روکتی ہے' انا تمہیں بھگوان سے دور رکھتی ہے' لیکن تم ہو کہ اسی کی سنے جا رہے ہو۔ ذمہ دار تم خود ہو۔

یاد رکھو' یہ تمہارا انتخاب ہے۔ کسی نے تمہیں انا کی سننے پر مجبور نہیں کیا ہے۔ یہ تمہارا انتخاب ہے۔ اگر تم منتخب کرتے ہو تو ٹھیک ہے۔ تب مت پوچھو کہ ''کس طرح؟'' اگر تم اسے منتخب نہ کرو تو یہ پوچھنے کی ضرورت ہی نہیں ہے کہ ''کس طرح؟''

☆☆☆

کیا میں آپ کے لیکچر کو پوری توجہ سے سننے
کے بعد اس کو بھلا سکتی ہوں؟

اس کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔ اگر تم نے مجھے پوری توجہ سے سنا ہے تو یہ یاد رکھنے کی ضرورت نہیں ہے کہ میں نے کیا کہا ہے۔ وہ تمہارا حصہ بن جاتا ہے۔ جب تم کچھ

کھاتے ہو تو کیا تم یاد رکھتے ہو کہ تم نے کیا کھایا ہے؟ وہ تمہارا حصہ بن جاتا ہے، وہ تمہارا خون بن جاتا ہے، وہ تمہاری ہڈیاں بن جاتا ہے۔ جب تم کچھ کھاتے ہو تو اسے بھول جاتے ہو۔ تم اسے ہضم کر لیتے ہو، یاد نہیں رکھتے ہو۔

اگر تم مکمل طور پر سنتے ہو تو میں تمہارے خون میں شامل ہو رہا ہوں۔ میں تمہاری ہڈیوں میں شامل ہو رہا ہوں، میں تمہاری ہستی میں شامل ہو رہا ہوں۔ تم مجھے ہضم کر رہے ہو۔

کوئی ضرورت نہیں ہے۔ جب کوئی صورتحال رونما ہوگی۔ تم اس کا جواب دو گے اور اس جواب میں، جو کچھ تم نے سنا ہے اور مکمل طور پر سنا ہے، سامنے آ جائے گا — لیکن یاد کیے ہوئے کے طور پر نہیں...... بلکہ جئے ہوئے کے طور پر۔ اور اس فرق کو یاد رکھنا ہوگا۔

میں یہاں تمہیں باعلم بنانے کی کوشش نہیں کر رہا، میں تمہیں معلومات مہیا نہیں کر رہا۔ میری گفتگو کا اور تمہاری یہاں موجودگی کا سبب یہ نہیں ہے۔ میرا سارا مقصد تمہیں مزید ہستی دینا ہے، مزید علم دینا نہیں۔ پس میرے ساتھ رہو، پوری توجہ سے سنو، اس کے بعد یاد رکھنے کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔ یہ تمہارا حصہ بن جاتی ہے۔ جب کبھی ''ضرورت'' ہوگی، یہ سامنے آ جائے گی۔ یہ کسی یاد کی طرح نہیں ابھرے گی، یہ تمہارے زندہ جواب کی طرح ابھرے گی۔

بصورتِ دیگر ہمیشہ یہ خوف رہتا ہے کہ یہ تمہاری یاد بن سکتی ہے۔ تب تم تبدیل نہیں ہوتے۔ صرف تمہارے حافظے کا تالاب بڑے سے بڑا ہوتا جاتا ہے۔ تمہارا کمپیوٹر زیادہ معلومات کا حامل ہو جاتا ہے۔ جب کبھی کوئی حقیقی صورت حال ہوگی تم بھول جاؤ گے: تب تم اپنے شعور کے تحت عمل کرو گے، حافظے سے نہیں۔ تب تم مجھے فراموش کر دو گے۔ جب حقیقی صورتحال نہیں ہوگی اور تم لوگوں سے بحث کر رہے ہو گے تو میں یاد آ جاؤں گا۔

دیکھو۔ جو کچھ میں کہہ رہا ہوں، اگر یہ تمہارے اندر محض ایک یاد بنتا ہے تو یہ بحث کے لیے خوب رہے گا — دوسرے لوگوں پر تمہارا علم ظاہر ہوگا — تم دوسروں سے زیادہ جانتے ہو۔ اس کے لیے یہ مفید ہوگا، لیکن حقیقی زندگی میں نہیں...... اگر تم محبت کے بارے میں بات کر رہے ہو تو تم حافظے کے ذریعے بات کرنے کے اہل ہو گے کہ میں نے تمہیں کیا کچھ بتایا تھا، لیکن جب سوال ابھرتا ہے — تم محبت کرتے ہو — تب تمہیں اپنی ذات سے عمل کرنا ہوگا — اس سے نہیں جو تم نے سنا ہے — اس کی وجہ یہ ہے کہ جب حقیقی

صورتحال اُبھرے تو کوئی شخص مردہ حافظہ استعمال نہیں کر سکتا۔

ایک دفعہ ایک سائنس دان جنگل میں کچھ تلاش کرتے کرتے آدم خوروں کے قبیلے میں جا نکلا۔ وہ اپنا پسندیدہ پکوان کھانا شروع کر رہے تھے۔ سردار بہت اچھی انگریزی بول سکتا تھا۔ سائنس دان نے اس کی وجہ پوچھی تو اس نے بتایا کہ اس نے ایک سال امریکہ کے ایک کالج میں گزارا ہے۔

سائنس دان حیرت سے بولا: ''تم ایک سال کالج میں رہے ہو، اور پھر بھی انسانی گوشت کھاتے ہو؟''

سردار نے کہا: ''ہاں، بالکل۔ اب میں چھری کانٹا استعمال کرتا ہوں۔''

اگر تم مجھے اپنے حافظے کا حصہ بناؤ گے تو تم ہنوز آدم خور رہو گے، تاہم اب چھری کانٹا استعمال کر رہے ہو گے۔ واحد فرق یہی ہوگا۔ تاہم اگر تم مجھے اپنے اندر ہستی کے معبد میں داخل ہونے دو، تم مکمل طور پر سنو تو کمپیوٹر اور حافظے کے بارے میں بھول جاؤ، ان کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔

تمہارا حقیقی امتحان کسی یونیورسٹی کے امتحان میں شریک ہونا نہیں ہے۔ تمہارا امتحان کائنات میں جانا ہے۔ وہاں ثابت ہوگا کہ تم نے مجھے مکمل طور پر سنا ہے کہ نہیں۔ دفعتاً تم دیکھو گے کہ تم ایک مختلف طریقے سے محبت کر رہے ہو، صورتحال پرانی ہے لیکن تم مختلف انداز سے جواب دے رہے ہو۔ کوئی شخص تمہیں غصہ دلا رہا ہے لیکن تم غصے نہیں ہو رہے۔ کوئی شخص تمہیں بھڑکا رہا ہے لیکن تم خاموش اور پرسکون ہو۔ کوئی شخص تمہاری بے عزتی کر رہا ہے، لیکن تم پر اثر نہیں ہو رہا۔

تم کنول کے پھول جیسے ہوتے ہو، جو پانی کے اندر موجود ہوتا ہے لیکن اس سے الگ ہوتا ہے۔ تب تمہیں ادراک ہوگا کہ میرے ساتھ رہنے سے کیا ہو چکا ہے۔

یہ ہستی کی منتقلی ہے، علم کی ترسیل نہیں۔

☆☆☆

میں ایک ایسا مختصر، مزاحیہ سوال پوچھنا چاہتا ہوں جیسے آپ ہر لیکچر
کے آخر میں پوچھتے ہیں اور یہ سننا چاہتا ہوں کہ آپ کہیں" یہ سوال
دھیریندر نے پوچھا ہے۔" اگر میں مراقبہ کرتا رہوں تو کیا ایسا ہوگا؟

کبھی نہیں۔ تب مراقبہ چھوڑ دو۔ اگر تم سوال پوچھنا چاہتے ہو تو پلیز مراقبہ مت کرو۔ اگر تم مراقبہ کرو تو تمام سوال غائب ہو جاتے ہیں، صرف جواب باقی بچتے ہیں۔ اگر تم مزید سوال پوچھنا چاہتے ہو تو مراقبہ چھوڑ دو۔ پھر تم ایک ہزار ایک سوال پوچھ سکتے ہو۔

سب سوال احمقانہ اور مزاحیہ ہوتے ہیں، لہٰذا اس بارے میں فکر کی کوئی ضرورت نہیں۔ ہاں صرف ایک چیز کے بارے میں تمہیں آگاہ رہنا چاہیے، مراقبہ مت کرو! اگر تم مزاحیہ اور احمقانہ سوالات پوچھنا چاہتے ہو تو مراقبہ مت کرو۔ میں دوبارہ کہتا ہوں کہ سب سوال احمقانہ اور مزاحیہ ہوتے ہیں۔ اگر تم مراقبہ کرو گے تو سب سوال غائب ہو جائیں گے۔ صرف خاموشی بچے گی — اور خاموشی جواب ہے۔

یاد رکھو، یا تو تمہارے پاس سوال ہوتے ہیں یا جواب۔ تمہارے پاس دونوں کبھی نہیں ہوتے۔ جب تمہارے پاس سوال ہوتے ہیں تو جواب نہیں ہوتے۔ میں تمہیں جواب دے سکتا ہوں، لیکن وہ کبھی تم تک نہیں پہنچے گا۔ جس وقت یہ تم تک پہنچے گا، تم اسے ایک ہزار ایک سوالوں میں بدل دو گے۔ جب تمہارے پاس سوال ہوتے ہیں تو بس سوال ہوتے ہیں۔ جب تمہارے پاس جواب ہوتا ہے — اور میں واحد کا لفظ استعمال کیا ہے، جمع کا نہیں، کیونکہ سارے سوالوں کا صرف ایک جواب ہوتا ہے — جب تمہارے پاس جواب ہوتا ہے تو سوال نہیں ابھرتے ہیں۔

اگر تم سارے سوالوں کا جواب دینے والا جواب چاہتے ہو تو مراقبہ کرو۔ اگر تم سوال کرنا چاہتے ہو تو مراقبہ مت کرو۔

مراقبہ جواب ہے۔



تیسرا باب

باطن کا باطن

میں بتا چکا ہوں کہ روایتی طور پر جرمنی میں دو مکتبۂ فکر ہیں۔ ملک کے صنعتی، عملی، شمالی حصے کا فلسفہ ہے: صورتحال سنجیدہ ہے لیکن مایوس کن نہیں ہے۔ جرمنی کے جنوبی، زیادہ رومانی اور شاید کم عملی حصے کا فلسفہ ہے: صورتحال مایوس کن ہے لیکن سنجیدہ نہیں ہے۔ اگر تم مجھ سے پوچھو تو صورتحال نہ مایوس کن ہے، نہ سنجیدہ۔ میں انسانی صورتحال کی بات کر رہا ہوں۔

انسانی صورتحال سنجیدہ دکھائی دیتی ہے کیونکہ صدیوں سے ہمیں سنجیدہ رہنا سکھایا جا رہا ہے۔ انسانی صورتحال مایوس کن لگتی ہے کیونکہ ہم اپنے ساتھ وہ کچھ کر رہے ہیں، جو غلط ہے۔ ہم ابھی تک نہیں سمجھے کہ ہمارا مقصد فطری ہونا ہے، جبکہ ہمیں جن مقاصد کا بتایا گیا ہے، وہ ہمیں زیادہ غیر فطری بنا دیتے ہیں۔

فطری ہونا، کائناتی قانون سے ہم آہنگ ہونا ہی سنیم ہے۔ سنیم تم پر تھوپی گئی کوئی شے نہیں ہے۔ سنیم کوئی ایسی شے نہیں ہے، جو باہر سے آتی ہے۔ سنیم تمہاری داخلی فطرت کی شگفتگی ہے۔ سنیم وہ بننا ہے، جو تم پہلے سے ہو۔ سنیم فطرت کی طرف واپسی ہے۔ فطرت کی طرف واپس کس طرح آنا ہے؟ انسانی فطرت کیا ہے؟ جب تک تم اپنی ہستی میں گہرائی تک نہیں کھو دو گے، تمہیں بالکل پتا نہیں چلے گا کہ انسانی فطرت کیا ہے۔

انسان کو اندر کی طرف جانا ہی ہوتا ہے۔ یوگا کا سارا عمل ایک یاترا ہے، ایک داخلی سفر۔ پتانجلی آٹھ مرحلوں میں تمہیں گھر لاتا ہے۔ پہلے پانچ مرحلے ہیں:

یم، نیم، آنگ، پرنیم، پرتیہار۔ یہ تمہیں جسم سے ماورا ہو کر گہرائی میں جانے میں مدد دیتے ہیں۔ جسم تمہارا پہلا محیط ہے، تمہاری ہستی کا پہلا بیرونی حلقہ۔ دوسرا مرحلہ ذہن سے ماورا جانا ہے۔ تین داخلی مرحلے — دھرنا، دھیان، سمادھی — تمہیں ذہن سے ماورا لے جاتے ہیں۔ جسم اور ذہن سے ماورا تمہاری فطرت ہے، تمہاری ہستی کا عین مرکز۔ پتانجلی ہستی کے اس مرکز کو بغیر بیج والی سمادھی — کیولیہ — کہتا ہے۔ وہ تمہاری ہستی کے روبرو آنے کا کہتا ہے، وہ کہتا ہے یہ جانو کہ تم کون ہو۔

پس سارے عمل کو تین حصوں میں بانٹا جاسکتا ہے:

پہلا حصہ: جسم سے کس طرح ماورا ہونا ہے۔

دوسرا حصہ: ذہن سے کس طرح ماورا ہونا ہے۔

تیسرا حصہ: اپنی ہستی میں کس طرح پہنچنا ہے۔

ساری دنیا میں ہر کلچر میں، انسانوں کو یہی سکھایا پڑھایا گیا ہے کہ اپنے سے باہر منزلیں ڈھونڈنی ہیں۔ ہوسکتا ہے منزل پیسہ ہو، طاقت ہو، عزت ہو یا ہوسکتا ہے بھگوان منزل ہو۔ اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا، سب منزلیں تمہارے باہر ہیں۔ جبکہ حقیقی منزل اس سرچشمے تک پہنچنا ہے جہاں سے تم آئے ہو۔ تب دائرہ پورا ہوتا ہے۔

ساری بیرونی منزلوں کو چھوڑ دو اور اندر کو چلو۔ یہ ہے یوگا کا پیغام۔ ہماری منزلیں ہم پر تھوپی گئی ہیں۔ تمہیں پڑھایا لکھایا جاتا رہا ہے کہ کہیں جانا ہے۔ وہ کبھی فطری نہیں بنتے، وہ فطری بن نہیں سکتے۔

میں نے جی۔ کے۔ چیسٹرٹن کے بارے میں ایک کہانی سنی ہے:

وہ ایک ٹرین میں سوار تھا اور مطالعے میں منہمک تھا۔ کنڈیکٹر نے اس سے ٹکٹ مانگی تو وہ ہڑبڑا گیا۔ اس نے اِدھر اُدھر جیبوں میں ٹٹولا لیکن ٹکٹ نہیں ملی۔ کنڈیکٹر نے کہا: ''سر، کوئی بات نہیں۔ مجھے پتا ہے آپ کے پاس ٹکٹ ہے، میں بعد میں اسے چیک کردوں گا۔''

چیسٹرٹن بولا: ''مجھے بھی پتا ہے کہ میرے پاس ٹکٹ ہے، تاہم میں تو یہ جاننا چاہتا ہوں کہ میں نے جانا کہاں ہے۔''

تم کہاں جارہے ہو؟ تمہاری منزل کونسی ہے؟ تمہیں کچھ خاص چیزوں کو حاصل کرنا سکھایا گیا ہے۔ تمہیں ایک حاصل کرنے والا بنایا گیا ہے۔ ذہن کو دھکیلا جاتا رہا ہے۔ ذہن کو باہر سے کنٹرول کیا جاتا رہا ہے — والدین، خاندان، سکول، معاشرہ، حکومت اسے کنٹرول کرتے رہے ہیں۔ ہر شخص تمہیں تمہاری ہستی سے باہر کھینچنے کی کوشش کررہا ہے۔ وہ تمہارے لیے ایک منزل متعین کرنے کی کوشش کررہے ہیں اور تم جال میں پھنس چکے ہو۔ منزل تو پہلے ہی سے تمہارے اندر موجود ہے۔

جانا کہیں بھی نہیں ہے۔ انسان کو اپنے آپ کو پہچاننا ہے۔ جب تم اپنے آپ کو جان لیتے ہو تو پھر جہاں کہیں بھی تم جاؤ گے، تم اپنی منزل پالو گے کیونکہ تمہاری منزل تمہارے ساتھ ہوتی ہے۔ تب تم جہاں کہیں بھی جاتے ہو، تمہیں گہرا اطمینان ہوتا ہے۔ سکون تمہیں گھیرے ہوتا ہے، ایک ٹھنڈک، ایک مجتمع پن، ایک راحت جو ہالہ بن کر تمہارے ساتھ رہتی ہے۔ پتانجلی اسی کو سنیم کہتا ہے: ایک ٹھنڈا، مجتمع، پُرسکون ماحول، جو تمہارے ساتھ ساتھ چلتا ہے۔

جہاں کہیں بھی تم جاتے ہو، تمہارا ماحول تمہارے ساتھ جاتا ہے اور ہر شخص اسے محسوس کرسکتا ہے۔ اس کے علاوہ دوسرے اسے چھو بھی سکتے ہیں، خواہ انہیں اس کا پتا چلے یا نہ چلے۔ اگر سنیم والا کوئی شخص تمہارے پاس آئے تو اچانک تمہیں محسوس ہوتا ہے کہ تمہارے نزدیک سے ٹھنڈی ہوا گزر رہی ہے، نامعلوم جہان سے آتی ہوئی خوشبو تمہارے پاس سے گزر رہی ہے۔ وہ تمہیں چھوتی ہے، تمہیں سکون عطا کرتی ہے۔ وہ ایک خوبصورت لوری ہوتی ہے۔ اگر تم انتشار کی زد میں ہو اور سنیم والا کوئی شخص تمہارے پاس آئے تو تمہارا انتشار ختم ہوجاتا ہے۔ اگر تم غصے میں ہو اور سنیم والا کوئی شخص تمہارے نزدیک آئے تو تمہارا غصہ غائب ہوجاتا ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ سنیم والا شخص ایک مقناطیسی قوت ہوتا ہے۔ تم اس کی لہر پر سوار ہوجاتے ہو، اس کے ساتھ تم جتنا بلند تنہا جاسکتے ہو، اس سے زیادہ بلندی پر چلے جاتے ہو۔

پس مشرق میں ہم نے ایک خوبصورت روایت بنائی ہے کہ ہم ایسے لوگوں کے پاس جاتے ہیں جو سنیم حاصل کرچکے ہوں، اور ہم ان کے پاس خاموش بیٹھے رہتے ہیں۔

اس کو ہم درشن کہتے ہیں' اسی کو ہم ست سانگ کہتے ہیں: سنیم والے کسی شخص کے پاس جانا اور اس کے نزدیک بیٹھے رہنا۔ مغربی ذہن کو بعض اوقات یہ بالکل لایعنی دکھائی دیتا ہے' کیونکہ ہوسکتا ہے وہ شخص خاموش رہے۔ لوگ آرہے ہیں' اس کے پیروں کو چھوتے ہیں اور اس کے نزدیک بیٹھ جاتے ہیں۔ وہ اپنی آنکھیں بند کرلیتے ہیں...... کوئی گفتگو نہیں ہوتی' وہ گھنٹوں بیٹھے رہتے ہیں اور پھر کسی نامعلوم طریقے سے لبریز ہوکر وہ گہرے تشکر و امتنان کے ساتھ اس کے پیروں کو چھوتے ہیں اور واپس چلے جاتے ہیں۔ تم ان کے چہرے پر دیکھ سکتے ہو کہ کوئی شے ان تک پہنچ چکی ہے' انہیں کچھ حاصل ہو چکا ہے۔ کوئی لفظی گفتگو نہیں ہوئی — کوئی دکھائی دینے والی شے دی یا لی نہیں گئی۔ یہی "ست سانگ" ہے: بس کسی سچے آدمی کے نزدیک ہونا' ایک مصدقہ ہستی کے ساتھ' ایک سنیم والے انسان کے نزدیک ہونا۔

صرف اس کے قریب ہونے سے تم میں کوئی شے وقوع پذیر ہونے لگتی ہے' کوئی شے تمہارے اندر جواب دینے لگتی ہے۔ تاہم سنیم والے انسان کا تصور بھی بہت گدلا کر دیا گیا ہے کیونکہ لوگوں نے اسے باہر سے کرنا شروع کردیا ہے۔ لوگوں نے اپنے آپ کو باہر سے جامد کرنا شروع کردیا ہے' اک خاص قسم کے سکون' ایک خاص طرح کے سکوت کی مشق شروع کردی ہے — خود کو جبراً ایک خاص اسلوب اور نظم میں ڈھالنے کے لیے۔ وہ سنیم والے کسی انسان ہی کے جیسے دکھائی دیتے ہیں۔ وہ دکھائی تو دیتے ہیں لیکن ہوتے نہیں ہیں' اور جب تم ان کے نزدیک جاتے ہو تو ممکن ہے ان کا ظاہر خاموش ہو' تاہم اگر تم ان کے نزدیک خاموشی سے بیٹھے تو تمہیں کوئی خاموشی محسوس نہیں ہوگی۔ اندر گہرائی میں شور برپا ہوتا ہے۔ وہ آتش فشاں جیسے ہوتے ہیں۔ سطح پر ہر شے خاموش ہوتی ہے' اندر گہرائی میں آتش فشاں کسی بھی لمحے پھٹ پڑنے کو تیار ہوتا ہے۔

اس بات کو یاد رکھنا: خود پر کوئی شے تھوپنے کی کوشش کبھی مت کرنا۔ یہ منقسم ہوجانے کا راستہ ہے' یہ مایوس و ناامید ہوجانے کا راستہ ہے اور یہ گمراہ ہوجانے کا راستہ ہے۔ تمہاری داخلی ہستی کو تم میں سے چھلکنا چاہیے۔ تمہیں صرف راستے میں موجود رکاوٹوں کو ہٹانا ہے۔ تم میں کسی نئی شے کا اضافہ نہیں ہوتا ہے۔ درحقیقت کوئی شے کم ہوتی ہے اور تم

کامل ہوجاتے ہو۔ کسی شے کا اضافہ — ناں۔ تم تو پہلے ہی کامل ہو۔ بہار کے علاوہ کوئی شے اضافی ہے' راستے میں کچھ پتھر پڑے ہیں۔ ان پتھروں کو ہٹا دو اور تم کامل ہوجاؤ گے اور بہاؤ حاصل ہوجائے گا۔ پتانجلی کے یہ آٹھ مراحل' اشتنگ' راستے سے پتھر ہٹانے کے طریقۂ کار کے علاوہ اور کچھ نہیں ہیں۔

لیکن آخر انسان خارجی نظم کے لیے اس قدر خبطی کیوں ہوجاتا ہے؟ اس کی ضرور کوئی وجہ ہوگی۔ وجہ ہے۔ وجہ یہ ہے کہ باہر سے کسی شے کا تھونپنا آسان لگتا ہے' سستا لگتا ہے' بے قیمت لگتا ہے۔ یہ ایسے ہی ہے کہ تم خوبصورت نہیں ہو' لیکن تم بازار سے ایک خوبصورت نقاب خرید سکتے ہو اور اپنے چہرے پر لگا سکتے ہو۔ سستا' بے قیمت' اور تم دوسروں کو اک ذرا دھوکا دے سکتے ہو۔ زیادہ لمبے عرصے تک نہیں کیونکہ نقاب تو ایک مردہ شے ہے اور کوئی مردہ شے خوبصورتی کا صرف دکھاوا ہوتی ہے' حقیقتاً خوبصورت نہیں ہوتی۔ حقیقت میں تو تم پہلے سے زیادہ بدصورت ہوجاتے ہو۔ تمہارا اصل چہرہ جیسا بھی تھا' کم از کم جیتا جاگتا تو تھا' زندگی سے منور تو تھا' ذہانت سے چمکتا ہوا تو تھا۔ اب تم نے ایک مردہ نقاب اوڑھا ہوا ہے اور خود اس کے پیچھے چھپ گئے ہو۔

لوگ باہر سے سنیم کو حاصل کرنے کے خواہاں ہیں۔ تم غصہ ور آدمی ہو: غصے سے عاری حالت میں ہونے کے لیے تمہیں بہت کوشش کرنی ہوگی' اور سفر طویل ہے' اور تمہیں اس کی قیمت ادا کرنی ہوگی۔ تاہم صرف خود پر جبر کرنا' غصے کو دبانا آسان ہے۔ درحقیقت تم اپنی غصے کی توانائی کو غصہ دبانے کے لیے استعمال کرسکتے ہو۔ کوئی مسئلہ ہی نہیں ہے کیونکہ جو شخص غصہ ور ہو' وہ بآسانی غصے پر فتح پاسکتا ہے۔ بس ایک بات ہے' اسے اپنے غصے کو اپنی طرف موڑنا ہوتا ہے۔ پہلے اسے دوسرے پر غصہ تھا' اب اسے خود سے غصے ہونا اور اسے دبانا ہوگا۔ تاہم اگر تم اس کی آنکھوں میں دیکھو گے تو وہاں غصہ ہوگا' کسی سائے کی طرح منڈلا رہا ہوگا۔

اور یاد رکھو' کسی کسی وقت غصے ہونا برا نہیں ہے' لیکن غصے کو دبانا اور مستقل طور پر غصے میں رہنا بہت خطرناک ہوتا ہے۔ عارضی نفرت اور مستقل نفرت میں یہی فرق ہے۔ جب تم غصے میں بھڑک اٹھتے ہو تو یہ نفرت ہوتی ہے' تاہم یہ عارضی ہوتی ہے۔ یہ آتی ہے

اور چلی جاتی ہے۔ اس کے بارے میں زیادہ فکر مند نہیں ہونا۔ جب تم غصے کو دباتے ہو تب عارضی نفرت غائب ہو جاتی ہے اور مستقل نفرت اس کی جگہ لے لیتی ہے۔ وہ تمہارا مستقل طرزِ حیات بن جاتی ہے۔ دبایا گیا غصہ مسلسل تم پر اثر انداز ہوتا ہے — تمہارے رویوں پر' تمہارے رشتوں پر۔ اب ایسا نہیں ہوتا کہ تمہیں کسی کسی وقت غصہ آتا ہے' اب تم ہر وقت غصے میں ہوتے ہو۔ اب تمہارے غصے پر کسی کا پتا نہیں لکھا ہوتا ہے۔ یہ بے پتا ہو چکا ہے' تمہاری ہستی کی ایک صفت بن چکا ہے۔ اب یہ تم سے چمٹا ہوا ہے۔ اب تم ٹھیک ٹھیک نہیں کہہ سکتے کہ تمہیں کس پر غصہ ہے' اس کی وجہ یہ ہے کہ ماضی میں تم غصہ جمع کرتے رہے ہو۔ اب یہ ایک انبار بن چکا ہے۔ تم سرتاپا غصے میں ڈھل گئے ہو۔

یہ برا ہے' یہ بہت برا ہے۔ پہلے غصہ کبھی کبھی بھڑکتا تھا۔ وہ وقتی ہوتا تھا۔ وہ بچوں کے غصے میں آ جانے جیسا تھا' وہ شعلے کی طرح بھڑک اٹھتے ہیں اور پھر دھیمے ہو جاتے ہیں۔ طوفان جلدی گزر جاتا ہے اور ہر طرف ایک سکوت ہوتا ہے اور وہ دوبارہ پیارے پیارے سے بچے بن جاتے ہیں۔ تاہم جتنا زیادہ تم غصے کو دباتے ہو' یہ تمہاری ہڈیوں میں اتر جاتا ہے' تمہارے خون میں مل جاتا ہے۔ یہ تمہارے اندر گردش کرنے لگتا ہے۔ یہ تمہاری سانس میں آنے جانے لگتا ہے۔ تب تم جو کچھ کرتے ہو' غصے میں کرتے ہو۔ حد تو یہ ہے کہ اگر تم کسی سے محبت بھی کرتے ہو تو غصے میں کرتے ہو۔ اس میں جارحیت ہوتی ہے' اس میں تخریبی پن ہوتا ہے۔ یہ ہمیشہ موجود ہوتا ہے۔ یہ ایک بہت بڑی چٹان بن جاتا ہے۔

شروع شروع میں باہر سے کسی شے کو تھوپنا بہت سستا لگتا ہے تاہم آخر میں یہ نہایت مہلک بن جاتا ہے۔

اور لوگ اس کو اس لیے سستا پاتے ہیں کہ ایسے ماہرین موجود ہیں' جو انہیں یہ کہتے رہتے ہیں کہ اسے کس طرح کرنا ہے۔ بچہ پیدا ہوتا ہے اور والدین ماہرین بن جاتے ہیں۔ وہ ماہرین ہوتے نہیں ہیں۔ انہوں نے تو ابھی تک اپنے مسائل حل نہیں کیے ہوتے اگر وہ بچے سے حقیقتاً محبت کرتے ہوں تو وہ ان پر ویسا ہی اسلوبِ حیات نہیں تھوپیں گے۔ لیکن محبت کون کرتا ہے؟ کسی کو پتا ہی نہیں ہے کہ محبت کیا ہوتی ہے۔

وہ اپنا طرزِ حیات اس پر تھوپنا شروع کر دیتے ہیں۔ انہیں اتنا بھی علم نہیں ہوتا کہ وہ کیا کر رہے ہیں۔ اسی طرزِ حیات کی وجہ سے ان کی ساری زندگی دکھوں سے عبارت ہوتی ہے اور اب وہ اپنے بچے کو بھی وہی طرزِ حیات دے رہے ہیں۔ معصوم بچہ' نہیں جانتا کہ کیا غلط ہے اور کیا درست' ان کا نشانہ' ستم بن جاتا ہے۔

اور یہ ماہرین — جو ماہرین نہیں ہوتے' کیونکہ انہیں کسی شے کا پتا نہیں ہوتا' انہوں نے کبھی کوئی مسئلہ خود حل نہیں کیا ہوتا — اس عمل کو اہمیت نہیں دیتے' صرف اس وجہ سے' صرف اور صرف اس وجہ سے کہ انہوں نے بچے کو جنم دیا ہوتا ہے۔ وہ ایک خاص مفہوم میں حاکم بن چکے ہوتے ہیں او وہ نرم بچے کو ایک متعینہ سانچے کے مطابق ڈھالنے لگتے ہیں۔ بچے کو ان کے کہنے کے مطابق چلنا پڑتا ہے' وہ بے بس جو ہوتا ہے۔ جس وقت تک اسے کچھ پتا چلے' وہ پھنس چکا ہوتا ہے۔ پھر سکول ہیں' یونیورسٹیاں ہیں' ہر طرف کنڈیشننگ کے ایک ہزار ایک طریقے ہیں' اور ہر طرح کے ماہرین ہیں' ہر شخص دکھاوا کرتا ہے کہ وہ جاننے والا ہے۔ کوئی ایسا دکھائی نہیں دیتا جو جاننے والا نہیں ہو۔

ماہرین سے ہوشیار رہو۔ اگر تم اپنے داخلی مرکز تک پہنچنا چاہتے ہو تو اپنی زندگی کو اپنے ہاتھ میں لے لو۔ ماہرین کی باتوں پر کان مت دھرو۔ تم نے بہت سن لیا ہے۔

اہلیت کا معائنہ کرنے والے دو ماہرین ایک سرکاری دفتر کا معائنہ کر رہے تھے۔ انہیں ایک ڈیسک پر دو نوجوان آمنے سامنے بیٹھے دکھائی دیئے۔ دونوں ہی کسی کام میں مصروف نہیں تھے۔ ایک ماہر نے پوچھا: ''تم یہاں کیا کام کرتے ہو؟''

ایک بولا: ''میں یہاں چھ ماہ سے ہوں اور مجھے ابھی تک کوئی کام نہیں دیا گیا۔''

''اور تم؟'' اہلیت کے ماہر نے دوسرے سے پوچھا۔

اس نے جواب دیا: ''مجھے بھی یہاں چھ ماہ ہو چکے ہیں اور ابھی تک مجھے بھی کوئی کام نہیں دیا گیا۔''

ماہر نے جھڑکتے ہوئے کہا: ''تب تو تم میں سے ایک کو رخصت ہونا

پڑے گا۔ یہ تو ایک عہدے پر دو آدمیوں کو مامور کرنے کا واضح معاملہ ہے۔"

ایک ہی کام کرنے والے دو آدمی — کچھ نہ کرتے ہوئے۔

ماہرین صرف علم کے زاویئے سے سوچتے ہیں۔ کسی دانا شخص سے ملو۔ وہ کبھی علم کے زاویئے سے نہیں سوچتا۔ وہ تو تمہیں اپنی جان لینے والی آنکھوں سے دیتا ہے۔ دنیا پر بہت زیادہ ماہرین کا قبضہ ہے' اور دنیا داناؤں کے پاس جانا تقریباً بھول چکی ہے۔ فرق یہ ہے کہ ماہر اتنا ہی عام سا شخص ہوتا ہے جتنے کہ تم ہو۔ تم میں اور ماہر میں واحد فرق یہ ہے کہ اس نے کچھ مردہ معلومات ذخیرہ کرلی ہوئی ہیں۔ وہ تم سے زیادہ جانتا ہے' تاہم اس کی معلومات اس کا ذاتی ادراک نہیں ہوتیں۔ اس نے انہیں صرف باہر سے اکٹھا کیا ہے' اور وہ تمہیں نصیحتیں کیے چلا جاتا ہے۔

کسی دانا کو تلاش کرو۔ کسی گروہ کو تلاش کرو۔ مشرق میں لوگ ہزاروں میل کا سفر صرف اس لیے طے کرتے ہیں تاکہ کسی حقیقی جاننے والے شخص تک پہنچ سکیں۔ صرف اس کے نزدیک موجود ہونے کے لیے' کسی سنیم والے انسان کے قرب میں موجود ہونے کے لیے — کسی ایسے انسان کے' جو حاصل کرچکا ہے' جس نے اکٹھا نہیں کیا ہے' جس نے نشوونما پائی ہے' جس نے اپنی ہستی کے اندر پھل پھول پائے ہیں۔ پھول کو باہر سے مستعار نہیں لیا گیا۔ یہ پھول تو اندر سے کھلا ہے۔

یاد رکھو پتانجلی کا سنیم عمومی معنی نہیں رکھتا۔ یہ پھول کھلنے کا تصور ہے' یہ تصور ہے تمہارے اندر چھپی ہوئی شے کے ظہور میں آنے کا۔ تم میں بیج پہلے سے موجود ہے۔ بیج کو ضرورت ہے صرف درست مٹی کی۔ اک ذرا سی دیکھ ریکھ' اک ذرا سی پیار بھری احتیاط' اور یہ پھوٹ آئے گا' اور ایک دن پھول بن جائے گا۔ ہوا خوشبو کو ہر طرف پھیلا دے گی۔

سنیم والا انسان اپنے آپ کو چھپا نہیں سکتا۔ وہ کوشش تو کرتا ہے چھپنے کی' تاہم وہ خود کو چھپا نہیں سکتا۔ اس کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ ہوائیں مسلسل اس کی خوشبو پھیلاتی رہتی ہیں۔ وہ کسی پہاڑ کے غار میں جاکر بیٹھ سکتا ہے' لیکن لوگ وہاں بھی آنے لگتے ہیں۔ ایسے لوگ جو نشوونما پا رہے ہیں' جو ذہین ہیں' وہ کسی نامعلوم طریقے سے اسے پالیتے ہیں۔ اسے

انہیں ڈھونڈنے کی ضرورت نہیں ہوتی' وہ اسے ڈھونڈ لیتے ہیں۔

کیا تم اپنی ہستی میں کسی ایسی ہی شے کو دیکھ سکتے ہو' کیونکہ اس طرح سے سوتروں کو سمجھنا سہل ہوجائے گا؟ تم حقیقتاً کسی سے محبت کرتے ہو اور کسی سے محبت کا دکھاوا کرتے ہو۔ کیا تم نے فرق ملاحظہ کیا ہے؟ ایک مہمان آتا ہے۔ تم اس کا خیرمقدم کرتے ہو۔ یہ پھول کھلنے کا عمل ہے' تم عین اپنی ہستی سے اس کا خیرمقدم کرتے ہو۔ تم اپنے گھر میں اس کا خیرمقدم نہیں کرتے' تم تو اپنے دل میں اس کا خیرمقدم کرتے ہو۔ پھر کچھ اور مہمان آتے ہیں اور تم ان کا خیرمقدم کرتے ہو کیونکہ تمہیں خیرمقدم کرنا ہی ہے۔ کیا تم نے دونوں رویوں میں فرق ملاحظہ کیا؟

جب تم حقیقتاً خیرمقدم کرتے ہو تو تم ایک بہاؤ ہوتے ہو — خیرمقدم کامل ہوتا ہے۔ جب تم حقیقتاً خیرمقدم نہیں کرتے اور صرف ادب آداب کے تقاضے نبھا رہے ہوتے ہو تو تم بہاؤ نہیں ہوتے ہو۔ اگر مہمان سمجھدار ہے تو وہ فوراً واپس ہولے گا۔ وہ تمہارے گھر میں داخل نہیں ہوگا۔ اگر وہ حقیقتاً سمجھدار ہے تو وہ تمہارے رویئے کا فرق بھانپ لے گا۔ تمہارا مصافحے کے لیے بڑھا ہوا ہاتھ حقیقتاً مصافحے کے لیے نہیں بڑھا ہوا ہے۔ اس کے اندر کی توانائی مہمان کی طرف نہیں جاتی ہے۔ توانائی جامد رہتی ہے۔ صرف ایک مردہ ہاتھ پھیلا ہوا ہوتا ہے۔

جب بھی تم کسی خارجی شے پر عمل کررہے ہوتے ہو' کسی ڈسپلن کے مطابق عمل کررہے ہوتے ہو تو تم میں تضاد ہوتا ہے۔ وہ عمل سچا نہیں ہوتا' تم اس میں نہیں ہوتے۔

یاد رکھو' تم جب بھی کچھ کرو تو اسے کاملاً کرو۔ اگر تم نہیں کرنا چاہتے تو مت کرو— نہ کرنا بھی کاملاً ہونا چاہیے۔ کاملیت کو یاد رکھنا ہوگا کیونکہ کاملیت نہایت اہم شے ہے۔ اگر تم ایسے کام کرتے رہو گے' جنہیں کرتے ہوئے تمہارے اندر تضاد ہو' عدم استقلال ہو' تمہارا ایک حصہ عمل میں ہو اور دوسرا ساکت ہو تو تم اپنے اندرونی بہاؤ کو برباد کردو گے۔ رفتہ رفتہ تم پلاسٹک کا پھول بن جاؤ گے — نہ خوشبو' نہ زندگی۔

ملا نصرالدین ایک تقریب کے اختتام پر میزبانوں کو الوداع کہتے ہوئے بولا: "آپ کا شکریہ کہ آپ نے مجھے اس تقریب میں مدعو

کیا۔ میں نے زندگی بھر ایسی خوبصورت تقریب میں شرکت نہیں کی۔'' میزبان بہت خوش ہوگیے۔ خاتون خانہ بولی: ''آپ کا بہت بہت شکریہ۔ ویسے تقریب اتنی خوبصورت تو نہیں تھی جتنا کہ آپ کہہ رہے ہیں۔ تقریب واقعی عام سی تھی۔ ملا نصر الدین نے کہا: ''خیر میں تو ہر تقریب میں ایسا ہی کہتا ہوں۔''

تب یہ لایعنی ہوتا ہے۔ تب یہ مطلق طور پر لایعنی ہوتا ہے۔

صرف تکلفات کی زندگی مت جیو' صرف ادب آداب کی زندگی مت جیو۔ ایک مصدقہ زندگی جیو۔

میں جانتا ہوں' تکلفات کی' ادب آداب زندگی راحت بخش ہوتی ہے' سہل ہوتی ہے' لیکن یہ زہریلی ہوتی ہے۔ یہ تمہیں دھیرے دھیرے موت کے گھاٹ اتار دیتی ہے۔ مصدقہ زندگی اس قدر راحت بخش اور سہل نہیں ہوتی۔ یہ خطروں سے بھری ہوئی ہوتی ہے' یہ خطرناک ہوتی ہے — تاہم یہ حقیقی ہوتی ہے' خطرے اس کی قدر و قیمت میں اضافہ کرتے ہیں۔ تم اس پر کبھی شرمندہ نہیں ہوتے۔ جب تم حقیقی زندگی سے لطف اندوز ہونا شروع کرتے ہو' حقیقی محسوسات سے' اپنی توانائی کے حقیقی بہاؤ سے لطف اندوز ہونا شروع کرتے ہو' اور تم منقسم نہیں ہوتے ہو' تو پھر تمہیں ادراک ہوتا ہے کہ اس زندگی کے لیے جو کچھ بھی داؤ پر لگتا ہے' کم ہے۔ حقیقی زندگی کے ایک لمحے کے لیے تمہاری پوری غیر حقیقی زندگی کو داؤ پر لگایا جاسکتا ہے اور یہ عمل رائیگاں نہیں جاتا — کیونکہ صرف اس ایک لمحے میں تم جان جاتے ہو کہ زندگی کیا ہے اور اس کی منزل کونسی ہے۔ تم سو سال والی اپنی پوری طویل زندگی صرف سطح پر جیتے ہو' ہمیشہ گہرائی سے خوفزدہ رہتے ہو' اور تم موقعے کو گنوا دیتے ہو۔

یہ ہے وہ ناامیدی' جو ہم نے اپنے اردگرد پیدا کرلی ہوئی ہے۔ ہم وہ کچھ کررہے ہیں' جو کرنا نہیں چاہتے۔ ہم نہ چاہتے ہوئے تعلق قائم کرتے ہیں' ایسے پیشے اپناتے ہیں' جو ہمارے لیے بلاوا نہیں ہوتے۔ ایک ہزار ایک طریقوں سے مغالطوں کا شکار ہوتے ہوئے' تم کس طرح توقع کرسکتے ہو کہ ان مغالطوں سے' اس تہہ اوپر تہہ سے' تم

زندگی کو جان سکتے ہو؟ ایسا تمہارے مغالطوں کی وجہ سے ہے کہ تم زندگی کو کھوئے جارہے ہو۔ ایسا تمہارے مغالطوں کی وجہ سے ہے کہ تم زندگی کے جیتے جاگتے بہاؤ کے ساتھ ربط قائم نہیں کرسکتے۔

اور جب تم اس سے آگاہ ہوجاتے ہو تو بعض اوقات ایک دوسرا مسئلہ ابھر آتا ہے۔ جب لوگوں کو زندگی کے مغالطہ زدہ ہونے کا پتا چلتا ہے تو وہ فی الفور دوسری انتہا پر چلے جاتے ہیں۔ یہ ذہن کا ایک اور دام ہوتا ہے کیونکہ اگر تم ایک مغالطے سے اس کے مقابل دوسرے مغالطے کی طرف جاؤ گے تو تم پہلے جیسی ہی حالت میں رہو گے۔ حقیقی زندگی دو انتہاؤں کے درمیان کہیں ہے۔

سنیم کا مطلب ہے توازن۔ اس کا مطلب ہے مطلق توازن' انتہاؤں کی طرف نہ جانا' درمیان ہی میں رہنا۔ جب تم دائیں بازو والے ہوتے ہو نہ بائیں بازو والے' جب تم سوشلسٹ ہوتے ہو نہ فردیت پسند' جب تم یہ ہوتے ہو نہ وہ' تب دفعتاً درمیان میں سنیم کا پھول کھل جاتا ہے۔

ملا نصر الدین گہرے خوف کا شکار رہتا تھا۔ وہ تقریباً خبطی ہوچکا تھا۔ میں نے اسے مشورہ دیا کہ وہ کسی ماہر نفسیات سے ملے۔ چند ہفتے بعد میری اس سے ملاقات ہوئی تو میں نے پوچھا: ''میرا خیال ہے تم میرے مشورے پر عمل کرتے ہوئے کسی ماہر نفسیات سے ملے ہوگے۔ سناؤ کیا حال ہے؟ کچھ فرق پڑا؟''

''یقیناً فرق پڑا ہے۔ صرف چند ہفتے پہلے کی بات ہے کہ فون کی گھنٹی بجتی تھی تو میں فون سننے کے خیال سے بری طرح خوفزدہ ہوجاتا تھا۔''

اسے ہمیشہ سے یہ خوف لاحق تھا۔ فون کی گھنٹی بجتی تو وہ کانپنے لگتا تھا۔ خدا جانے کیا پیغام ہو؟ خدا جانے کون فون کررہا ہے؟

''صرف چند ہفتے پہلے کی بات ہے کہ فون کی گھنٹی بجتی تھی تو میں فون سننے کے خیال سے بری طرح خوفزدہ ہوجاتا تھا۔''

''اور اب؟'' میں نے پوچھا۔ اس نے کہا: ''اور اب؟ میں سیدھا جاتا ہوں اور ریسیور اٹھا کر بات کرنے لگتا ہوں — خواہ گھنٹی بجی ہو یا نہیں۔''

تم ایک انتہا سے دوسری انتہا پر جاسکتے ہو' ایک مغالطے سے دوسرے مغالطے کی طرف' ایک خوف سے دوسرے خوف کی طرف۔ تم بازار سے معبد کی طرف جاسکتے ہو۔ یہ دونوں دو قطب ہیں۔ جو لوگ بازار میں زندگی جیتے ہیں' وہ غیر متوازن ہوتے ہیں۔ وہ جو لوگ معبدوں میں دوسری انتہا پر زندگی جیتے ہیں وہ بھی غیر متوازن ہوتے ہیں' دونوں یک رخے ہوتے ہیں۔

سنیم کا مطلب ہے توازن۔ میں سنیاس سے یہی مراد لیتا ہوں' متوازن ہونا' بازار میں ہونا اور نہیں ہونا۔ بازار میں ہوتے ہوئے بھی بازار کو اپنے اندر نہ ہونے دینا۔ اگر تمہارا ذہن بازار سے آزاد رہ سکتا ہے تو تم بازار میں ہوسکتے ہو' کوئی مسئلہ نہیں ہے۔ تم معبد کو جاسکتے ہو اور خلوت گزیں ہوسکتے ہو' تاہم اگر بازار تمہارے اندر چلا آتا ہے — جس کا چلا آنا لازمی ہے' کیونکہ بازار حقیقتاً باہر نہیں ہوتا — تو تمہارے ذہن میں سوچوں کا طوفان برپا رہے گا' سوچوں کی اندرونی ٹریفک کا شور۔ وہ تمہارے پیچھے پیچھے آجائے گا۔ تم خود کو یہاں چھوڑ کر کس جگہ پناہ حاصل کرسکتے ہو؟ تم اپنے ہی ساتھ جاؤ گے' اور جہاں کہیں تم جاؤ گے' تم ویسے ہی رہو گے۔

لہٰذا صورتحال سے فرار ہونے کی کوشش مت کرو۔ اس کی بجائے زیادہ سے زیادہ آگاہ ہونے کی کوشش کرو۔ داخلی آب و ہوا کو تبدیل کرو اور بیرونی صورتحال کی پرواہ مت کرو۔ اسی پر مسلسل اصرار کرو' کیونکہ ستارو گے بار بار — ہمیشہ۔

ذہن کہتا ہے: ''چونکہ تم بازار میں پریشان ہو' لہٰذا معبد کو چلے جاؤ' تمہاری تمام پریشانیاں ختم ہوجائیں گی' کیونکہ پریشانیاں کاروبار کی وجہ سے ہیں' بازار کی وجہ سے ہیں' تعلقات کی وجہ سے ہیں۔'' ایسا نہیں ہے' پریشانیوں کی وجہ بازار نہیں ہے' پریشانیوں کا باعث خاندان نہیں ہے' پریشانیوں کا سبب تعلقات نہیں ہیں — پریشانیوں کی وجہ تم ہو۔ یہ تو محض بہانے ہیں۔ اگر تم معبد کو چلے جاؤ گے تو یہ پریشانیاں کوئی اور جواز ڈھونڈ لیں گے —

تاہم برقرار رہیں گی۔

صرف اپنے ذہن کو دیکھو' یہ کس قدر انتشار کی زد میں ہے۔ یہ انتشار صورتحال کا پیدا کردہ نہیں ہے۔ یہ انتشار تمہارے اندر ہی ہے۔ صورتحال تو' زیادہ سے زیادہ' بہانوں کا' جواز کا کام دیتی ہے۔

کسی وقت ایک تجربہ کرو۔ تمہارا خیال ہے کہ لوگ تمہیں غصہ دلاتے ہیں۔ اکیس دن تک کے لیے خاموشی اختیار کرلو۔ خاموش رہو اور تمہیں اچانک پتا چلے گا کہ ایک دن میں کئی مرتبہ' بغیر کسی وجہ کے — کیونکہ اب تمہیں غصہ دلانے والا کوئی نہیں ہے — تمہیں غصہ آجاتا ہے۔ تمہارا خیال ہے کہ کسی خوبصورت عورت یا مرد کا سامنا ہونے سے تم جنسی ہوجاتے ہو۔ تم غلطی پر ہو۔ اکیس روز خاموشی اختیار کرو۔ تنہا رہو اور کئی مرتبہ ایسا ہوگا کہ اچانک' بغیر کسی وجہ کے تم میں جنسیت ابھر آئے گی۔ یہ تو تمہارے اندر ہوتی ہے۔

دو عورتیں باتیں کررہی تھیں۔ میں نے اچانک ان کی گفتگو سن لی —

میری گستاخی معاف کرنا۔

مسز براؤن بہت غصے سے کہتی ہے: ''دیکھو' مسز گرین' مسز گرے نے مجھے بتایا کہ تم نے اسے میرا وہ راز بتادیا ہے' جس کے بارے میں میں نے تمہیں کہا تھا کہ اسے مت بتانا۔''

مسز گرین: ''اوہ! کمینی عورت! میں نے اسے کہا بھی تھا کہ وہ تمہیں نہ بتائے کہ میں نے اسے راز بتادیا ہے۔''

مسز براؤن: ''خوب' لیکن تم اسے مت بتانا کہ میں نے تمہیں اس کی بات بتادی ہے۔''

یہ ہے ٹریفک کا شور' جو ذہن میں ہر وقت برپا رہتا ہے۔ اس شور کو بند کرنا ہوگا' جبراً نہیں بلکہ آگہی کے ذریعے۔

☆☆☆

پہلا سوترا:

سنیم کو مرحلہ وار کرنا چاہیے۔

پتانجلی اچانک گیان کا قائل نہیں ہے: اور اچانک گیان ہر کسی کے لیے نہیں ہوتا۔ یہ شاذ ہوتا ہے' یہ استثنائی ہوتا ہے' اور پتانجلی نہایت سائنٹیفک نقطۂ نظر کا مالک ہے۔ وہ استثنائی (Exceptional) کی فکر نہیں کرتا۔ وہ قانون دریافت کرتا ہے' جبکہ استثنا قانون کو ثابت کرتا ہے۔ استثنائی اپنی پروا آپ کرسکتا ہے: کسی کو اس کے بارے میں سوچنے کی ضرورت نہیں ہے۔ عام انسان مراحل میں نشوونما پاتا ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ اچانک گیان کے لیے زبردست جرأت کی ضرورت ہوتی ہے' جو موجود نہیں ہوتی۔

اچانک گیان میں ایک خطرہ مضمر ہوتا ہے — انسان یا پاگل ہوسکتا ہے یا گیان پاسکتا ہے۔ دونوں طرح کے امکان ہوتے ہیں کیونکہ یہ اتنا اچانک ہوتا ہے کہ تمہارے جسم اور ذہن کا میکانزم اس کے لیے تیار نہیں ہوتا۔ یہ تمہیں مکمل طور پر بکھیر سکتا ہے۔

پتانجلی اس کے بارے میں کوئی بات نہیں کرتا۔ درحقیقت وہ تو اصرار کرتا ہے کہ سنیم کو مرحلہ وار حاصل کرنا چاہیے تاکہ تم دھیرے دھیرے حرکت کرو' تھوڑا تھوڑا نشوونما پاتے رہو اور اس سے پہلے کہ تم ایک اور مرحلے میں جاؤ' تم اس کے لیے آمادہ و تیار ہوچکے ہوتے ہو۔ پتانجلی کے نزدیک گیان تمہیں اچانک نہیں ہوتا ہے۔ چونکہ یہ اتنا حیران کن واقعہ ہے کہ تم کو بہت شدید دھچکا لگ سکتا ہے — یا تو تم اس دھچکے سے مر سکتے ہو یا پاگل ہوسکتے ہو — وہ اس بارے میں بات ہی نہیں کرتا۔ وہ اس پر کوئی توجہ نہیں دیتا۔

پتانجلی اور زین میں یہ فرق ہے۔ زین استثنائی کے لیے ہے' پتانجلی قانون ہے۔ اگر زین دنیا سے معدوم ہوجائے تو کچھ بھی نہیں کھوئے گا کیونکہ استثنائی اپنی پروا خود کرتا ہے۔ لیکن اگر پتانجلی دنیا سے معدوم ہوجائے تو بہت کچھ کھو جائے گا کیونکہ وہ قانون ہے۔ وہ عام انسانوں کے لیے ہے — سب کے لیے ہے۔ کوئی تلوپ چھلانگ لگا سکتا ہے' کوئی بدھی دھرم چھلانگ لگا سکتا ہے اور معدوم ہوسکتا ہے۔ یہ مہم جو ہیں' ایسے لوگ جو خطرہ مول لے سکتے ہیں' تاہم یہ ہر کسی کا راستہ نہیں ہے۔ تمہیں اوپر نیچے آنے جانے کے لیے ایک زینے کی ضرورت ہوتی ہے' تم بالکونیوں سے چھلانگ نہیں لگا سکتے۔ اگر کوئی انسان وقار کے ساتھ جاسکتا ہے تو خطرہ مول لینے کی کیا ضرورت ہے۔

زین تھوڑا سا غیر روایتی ہے کیونکہ ساری بات منفرد تجربے کی ہے۔ ساری بات

استثنائی کی ہے' شاذ کی ہے: ایک طرح سے ''غیر عام''۔ اسی اعتبار سے پتانجلی ہموار زمین پر چلتا ہے۔ عام انسان کے لیے وہ بہت زیادہ مددگار ہے۔

وہ کہتا ہے سنیم کو مراحلہ وار کرنا چاہیے۔ جلدی مت کرو' دھیرے چلو' دھیرے آگے بڑھو' تاکہ تمہارے اگلا قدم اٹھانے تک ہر شے ٹھوس ہوچکی ہو۔ ہر قدم کے بعد مختصر سا وقفہ کرو۔ اس وقفے میں جو کچھ تم نے حاصل کیا ہے' اسے جذب کرو' ہضم کرو' اپنی ہستی کا حصہ بناؤ...... پھر آگے بڑھو۔ دوڑنے کی کوئی ضرورت نہیں ہے کیونکہ تم ایک ایسی جگہ پہنچ سکتے ہو جس کے لیے تم تیار نہیں ہوگے' اور اگر تم تیار نہیں ہوسکے تو یہ امر بہت خطرناک ہوگا۔

لالچی ذہن ہر شے ''ابھی'' حاصل کرنا چاہتا ہے۔ لوگ میرے پاس آتے ہیں اور کہتے ہیں: ''آپ ہمیں ایسی کوئی چیز کیوں نہیں دیتے' جو ہمیں ایک دم گیان والا بنا دے؟'' تاہم یہی وہ لوگ ہیں جو تیار نہیں ہیں۔ اگر وہ تیار ہوتے تو وہ صبر سے کام لیتے۔ اگر وہ تیار ہوتے تو وہ کہتے: ''ہمیں جلدی نہیں ہے۔ گیان چاہے جب بھی حاصل ہو' ہم عجلت نہیں کریں گے۔ ہم انتظار کرسکتے ہیں۔'' وہ حقیقی لوگ نہیں ہیں: وہ لالچی لوگ ہیں۔ درحقیقت وہ نہیں جانتے کہ وہ کیا پوچھ رہے ہیں۔ وہ آسمان کو بلاوا دے رہے ہوتے ہیں۔ تم پھٹ جاؤ گے' تم اس کے متحمل نہیں ہوسکو گے۔

☆☆☆

پتانجلی کہتا ہے کہ سنیم کو مرحلہ وار حاصل کرنا چاہیے' اور وہ یہ آٹھ مرحلے بیان کرتا ہے:

تین مرحلوں پر ہم گفتگو کرچکے ہیں:

دھرنا' دھیان اور سمادھی -- پہلے پانچ کے مقابلے میں داخلی مراحل ہیں۔

ہم ان پانچ مراحل پر گفتگو کرچکے ہیں۔

یہ تین پہلے پانچ مراحل کے مقابلے میں داخلی ہیں لیکن بغیر بیج والی سمادھی کے مقابلے میں یہ خارجی ہیں۔

اگر تم ان کا موازنہ یم' نیم' اسن' پرنیم' پر تیہار سے کرتے ہو تو یہ داخلی ہیں' لیکن اگر تم ان کا موازنہ گوتم بدھ یا پتانجلی کے تجربے' مطلق تجربے سے کرو تو یہ خارجی ہی ہیں۔ یہ درمیان میں ہوتے ہیں۔ پہلے تم جسم سے ماورا جاتے ہو' یہ خارجی مراحل ہوتے ہیں۔ پھر تم ذہن سے ماورا جاتے ہو' یہ داخلی مراحل ہوتے ہیں۔ تاہم جب تم اپنی ہستی تک پہنچتے ہو تو وہ مراحل جو کہ داخلی ہوتے ہیں' وہ بھی اب خارجی دکھائی دیتے ہیں۔ حتیٰ کہ یہ بھی داخلی نہیں ہوتے' تمہارا ذہن بھی داخلی نہیں ہوتا۔ وہ جسم سے زیادہ داخلی ہے۔ اگر تم ایک دیکھنے والے بنو تو یہ داخلی ہے: تب تم اپنے خیالات کو بھی دیکھ سکتے ہو۔ جب تم اپنے خیالات کو دیکھ سکتے ہو' تب تمہارے خیالات خارجی بن جاتے ہیں۔ وہ معروضی اشیاء بن جاتے ہیں: تم دیکھنے والے ہوتے ہو۔

بغیر بیج والی سمادھی کا مطلب یہ ہے کہ مزید جنم نہیں ہوں گے' دنیا کی طرف مزید واپسی نہیں ہوگی' وقت میں دوبارہ داخلہ نہیں ہوگا۔ ''بغیر بیج'' کا مطلب ہے کہ خواہش کا بیج مکمل طور پر جلا دیا گیا ہے۔

جب تم یوگا کی طرف بڑھتے ہو' جب تم اندر کی طرف سفر شروع کرتے ہو' تو یہ بھی ایک خواہش ہی ہوتی ہے — اپنے آپ کو پانے کی خواہش۔ سکون و سعادت کو پانے کی خواہش' سچ کو پانے کی خواہش۔ یہ ہنوز خواہش ہوتی ہے۔ جب تم دھرنا یعنی ارتکاز اور دھیان کے بعد سمادھی کی طرف آتے ہو' جہاں معروض اور موضوع ایک ہو جاتے ہیں' تو وہاں بھی خواہش کا ایک ہلکا سا سایہ موجود ہوتا ہے — سچ کو جاننے کی خواہش' ایک ہونے کی خواہش' بھگوان کو جاننے کی خواہش — یا جو بھی چاہے تم اس کو نام دے لو۔ خواہش موجود ہوتی ہے' بہت نفیس' تقریباً غیر مرئی' ایسے جیسے موجود نہیں ہو: لیکن یہ موجود ہوتی ہے۔ اسے موجود ہونا ہی ہے کیونکہ تم سارے راستے اسے استعمال کرتے آئے ہو۔ اب اس خواہش کو بھی ترک کرنا ہوگا۔

سمادھی کو بھی ترک کرنا ہوتا ہے۔ مراقبہ اس وقت مکمل ہوتا ہے جب اسے ترک کرنا پڑتا ہے ...... جب مراقبے کو ترک کیا جا سکتا ہے۔ جب تم مراقبے کے بارے میں سب کچھ بھول جاتے ہو اور اسے ترک کر دیتے ہو' جب مراقبہ کرنے کی ضرورت نہیں رہتی'

جب کہیں جانے کی ضرورت نہیں رہتی — نہ اندر نہ باہر — جب تمام مسافرت ختم ہو جاتی ہے' تب خواہش غائب ہو جاتی ہے۔

خواہش بیج ہوتی ہے۔ پہلے یہ تمہیں باہر کو لے جاتی ہے۔ پھر اگر تم اتنے ذہین ہو کہ یہ سمجھ لو کہ تم غلط سمت جا رہے ہو تو یہ تمہیں اندر لے جانا شروع کر دیتی ہے۔ خواہش موجود رہتی ہے۔ وہی خواہش باہر اضطراب محسوس کرتے ہوئے اندر کو تلاش شروع کر دیتی ہے۔ اس خواہش کو ترک کرنا ہوگا۔

سمادھی کے بعد' سمادھی کو بھی ترک کرنا پڑتا ہے۔ بغیر بیج والی سمادھی ابھرتی ہے۔ یہ حتمی ہوتی ہے۔ یہ اس لیے نہیں ابھرتی کہ تم نے خواہش کی تھی۔ اگر تم خواہش کرو گے تو یہ بغیر بیج والی نہیں ہوگی۔ اس بات کو سمجھنا ہوگا۔ یہ صرف خواہش کی لایعنیت کو سمجھنے سے ابھرتی ہے — حد تو یہ ہے کہ خواہش کی لایعنیت کو سمجھنے کی خواہش بھی معدوم ہو جاتی ہے۔ خواہش معدوم ہو جاتی ہے۔ تم بغیر بیج والی سمادھی کی خواہش نہیں کر سکتے۔ جب خواہش معدوم ہو جاتی ہے تو دفعتاً بغیر بیج والی سمادھی موجود ہوتی ہے۔ اسے تمہاری کوشش سے کوئی سروکار نہیں ہوتا۔ یہ تو واردات ہوتی ہے۔

سمادھی تک کوشش ہوتی ہے کیونکہ کوشش کو خواہش کی ضرورت ہوتی ہے' محرک کی ضرورت ہوتی ہے۔ جب خواہش معدوم ہو جاتی ہے تو کوشش بھی معدوم ہو جاتی ہے۔ جب خواہش معدوم ہو جاتی ہے تو کچھ کرنے کا محرک نہیں رہتا — نہ تو کچھ کرنے کا محرک ہوتا ہے اور نہ کچھ بننے کا۔ کامل خالی پن' عدم' جس کو کہ گوتم بدھ ''شونیہ'' کہتا ہے' خود ابھر آتا ہے۔ یہی اس کی خوب صورتی ہے: تمہاری خواہش سے اَن چھوا' تمہارے محرک سے غیر آلودہ' یہ خالص ہوتا ہے' یہ معصوم ہوتا ہے۔ یہی بغیر بیج والی سمادھی ہے۔

اب مزید کوئی جنم نہیں ہوگا۔ گوتم بدھ اپنے چیلوں سے کہا کرتے تھے: ''جب تم سمادھی تک پہنچو تو چوکس ہو جاؤ۔ سمادھی سے چمٹ جاؤ تاکہ تم لوگوں کے لیے سہارا بن سکو۔'' اس کی وجہ یہ ہے کہ اگر تم سمادھی سے نہیں چمٹتے اور بغیر بیج والی سمادھی نمودار ہو جاتی ہے تو تم چلے جاتے ہو' ہمیشہ ہمیشہ کے لیے چلے جاتے ہو — گت گت پراگت۔ تب تم مدد نہیں کر سکتے۔ تم نے لفظ ''بودھی ستو'' ضرور سنا ہوا ہوگا۔ اس کا مطلب ہوتا ہے ایسا شخص

جو سمادھی تک آ چکا ہو اور بغیر بیج والی سمادھی کو رد کر رہا ہو‘ جو سمادھی سے چمٹا ہوا ہو کیونکہ جب وہ سمادھی سے چمٹا ہوا ہوتا ہے تو وہ لوگوں کی مدد کر سکتا ہے۔ وہ ہنوز موجود ہوتا ہے‘ کم از کم ایک زنجیر دنیا سے ہنوز جڑی ہوتی ہے۔

ایک کہانی کہتی ہے کہ گوتم بدھ سوَرگ جاتے ہیں۔ دروازہ کھلتا ہے اور انہیں اندر بلایا جاتا ہے لیکن وہ باہر کھڑے رہتے ہیں۔ دیوتا کہتے ہیں ”اندر آ جاؤ۔ ہم مدتوں سے تمہارا انتظار کر رہے ہیں۔“ لیکن گوتم بدھ کہتے ہیں‘ ”میں ابھی نہیں آ سکتا۔ ابھی بہت سے لوگوں کو میری ضرورت ہے۔ میں دروازے پر کھڑا رہوں گا اور لوگوں کی یہاں تک آنے کے لیے رہنمائی کرتا رہوں گا۔ میں سب سے آخر میں داخل ہوں گا۔ جب ہر شخص دروازے سے گزر چکا ہوگا‘ جب باہر کوئی نہیں رہ گیا ہوگا‘ تب میں داخل ہوں گا۔ اگر میں ابھی داخل ہو گیا تو میرے داخل ہوتے ہی دروازہ پھر کھو جائے گا‘ جبکہ لاکھوں لوگ یہاں تک پہنچنے کی کوششیں کر رہے ہیں۔ وہ نزدیک سے نزدیک تر آتے جا رہے ہیں۔ میں باہر ہی کھڑا رہوں گا۔ میں داخل نہیں ہوں گا کیونکہ تمہیں اس وقت تک دروازہ کھلا رکھنا پڑے گا جب تک میں باہر کھڑا رہوں گا۔ تمہیں میرا انتظار کرنا ہوگا‘ اور جب تک تم انتظار کرتے رہو گے‘ دروازہ کھلا رہے گا‘ اور میں لوگوں کو دکھا سکوں گا کہ دروازہ یہ ہے۔“

بودھی ستو کی حالت یہ ہوتی ہے۔ بودھی ستو کا مطلب ہے ایسا شخص‘ جو بدھ بننے والا ہوتا ہے۔ جوہری طور پر وہ کُل میں شامل ہونے والا ہوتا ہے‘ تاہم وہ رحم کے تحت مزاحمت کرتا ہے۔ وہ اس سے چمٹ جاتا ہے۔ آخری خواہش‘ لوگوں کی مدد کرنے کی خواہش — یہ بھی تو ایک خواہش ہی ہے نا — اسے وجود میں رکھتی ہے۔ یہ بہت مشکل ہوتا ہے‘ تقریباً ناممکن۔ جب دنیا کی تمام زنجیریں ٹوٹ چکی ہوتی ہیں‘ تب رحم کے ایک نازک سے رشتے پر انحصار کرنا — تقریباً ناممکن ہوتا ہے۔ تاہم یہ چند ہی لمحے ہوتے ہیں — جب کوئی شخص بودھی ستو کی حالت تک پہنچتا ہے اور وہیں قیام کرتا ہے — ایسے لمحے بہت تھوڑے ہوتے ہیں‘ جب دروازہ ساری انسانی نوع کے لیے کھلا ہوتا ہے‘ کہ وہ اسے دیکھے‘ اسے پہچانے اور اس میں داخل ہو جائے۔

دھرنا‘ دھیان اور سمادھی — یہ تینوں پہلے پانچ مراحل کے مقابلے میں داخلی

ہوتے ہیں‘ تاہم بغیر بیج والی سمادھی کے مقابلے میں یہ خارجی ہوتے ہیں۔

☆☆☆

نرودھ پرینام ذہن کی کایا پلٹ ہوتی ہے‘ جس میں ذہن نرودھ کی کیفیت سے بھرا ہوا ہوتا ہے‘ جو کہ معدوم ہوتے ہوئے ایک تاثر اور اس کی جگہ لیتے ہوئے تاثر کے درمیان لمحاتی طور پر داخل ہوتی ہے۔

یہ سوترا تمہارے لیے بے حد اہم ہے کیونکہ تم اسے فوراً استعمال کر سکتے ہو۔ پتانجلی اسے نرودھ کہتا ہے۔ نرودھ کا مطلب ہے ذہن کا لمحاتی تعطل‘ لاذہنی کی لمحاتی کیفیت۔ یہ کیفیت تم سب پر وارد ہوتی ہے‘ تاہم یہ نہایت لطیف ہوتی ہے اور لمحہ بہت مختصر ہوتا ہے۔ جب تک تم تھوڑے سے آگاہ نہیں ہو گے تم اسے دیکھنے کے اہل نہیں ہو گے۔ پہلے میں یہ بتاتا ہوں کہ یہ کیا ہے۔

جب کبھی ذہن میں کوئی خیال ابھرتا ہے تو ذہن اس سے یوں ڈھک جاتا ہے جیسے آسمان پر بادل چھاتے ہیں۔ تاہم کوئی بھی خیال مستقل نہیں ہوتا۔ خیال کی فطرت ہی غیر مستقل ہونا ہے۔ ایک خیال آتا ہے اور چلا جاتا ہے‘ اس کی جگہ ایک اور خیال آ جاتا ہے۔ ان دونوں خیالوں کے درمیان ایک نہایت لطیف وقفہ ہوتا ہے۔ ایک خیال چلا گیا ہے‘ دوسرا ابھی تک نہیں آیا: یہی نرودھ کا لمحہ ہے — ایک لطیف وقفہ کہ جب تم خیال سے عاری ہوتے ہو۔ ایک بادل گزر چکا ہے‘ دوسرا ابھی تک نہیں آیا اور آسمان کھلا ہے۔ تم اسے دیکھ سکتے ہو۔

بس خاموش بیٹھے اسے تکتے رہو۔ خیال یوں آتے رہتے ہیں جیسے سڑک پر ٹریفک۔ ایک کار گزر چکی ہے‘ دوسری آ رہی ہے — تاہم دونوں کے درمیان ایک خلا ہے اور وہاں سڑک خالی ہے۔ جلد ہی دوسری کار آ جائے گی اور سڑک دوبارہ بھر جائے گی۔ اگر تم دو خیالوں کے درمیان موجود خلا کو دیکھ سکو تو تم لمحہ بھر کے لیے سمادھی والی کیفیت میں ہو گے — ایک لمحاتی سمادھی‘ صرف ایک جھلک۔ جلد ہی اسے دوسرا خیال بھر دے گا‘ جو کہ پہلے ہی راستے میں ہے۔

دیکھو۔ غور سے دیکھو۔ ایک خیال جا رہا ہے‘ دوسرا آ رہا ہے اور درمیان میں خلا

ہے۔ اس خلا میں تم ویسی ہی حالت میں ہوتے ہو جیسی حالت میں سمادھی پانے والا ہوتا ہے۔ تاہم تمہاری حالت محض لمحاتی ہوتی ہے۔ پتانجلی اسے نرودھ کہتا ہے۔ یہ لمحاتی ہوتی ہے' یہ مسلسل تغیر پذیر ہوتی ہے۔ یہ بہاؤ جیسی شے ہوتی ہے: ایک لہر جارہی ہے' دوسری آرہی ہے' دونوں کے درمیان ...... کوئی لہر نہیں ہے۔ بس اس کو دیکھنے کی کوشش کرو۔

یہ ایک انتہائی اہم مراقبہ ہے۔ کچھ کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ بس خاموشی سے بیٹھے رہو اور دیکھتے رہو۔ صرف خلا کو دیکھو۔ شروع شروع میں یہ مشکل ہوگا۔ رفتہ رفتہ تم زیادہ چوکس ہو جاؤ گے اور تم خلاؤں کو دیکھنے لگو گے۔ خیالوں پر توجہ مت دو۔ اپنے آپ کو خلا پر مرتکز کردو' خیالوں پر نہیں۔ جب سڑک خالی ہو تو اس پر خود کو مرتکز کردو۔ عمومی طو پر ہم خیالوں پر ارتکاز کرتے ہیں' ان کے درمیان نہیں۔

ایک دفعہ کا ذکر ہے' ایک یوگا ماسٹر اپنے شاگردوں کو نرودھ کے بارے میں بتا رہا تھا۔ اس نے بلیک بورڈ پر سفید چاک سے ایک بہت چھوٹا سا نقطہ بنایا' جو بمشکل دکھائی دیتا تھا۔ پھر اس نے اپنے شاگردوں سے کہا: ''تم کیا دیکھ رہے ہو؟'' سب نے کہا: ''ایک چھوٹا سا سفید نقطہ۔'' ماسٹر ہنسنے لگا۔ وہ بولا: ''کوئی بھی اس بلیک بورڈ کو نہیں دیکھ رہا' سب اس چھوٹے سے سفید نکتے کو دیکھ رہے ہیں۔''

کسی نے بلیک بورڈ کو نہیں دیکھا۔ وہاں بلیک بورڈ بھی تھا' سفید نقطہ بھی تھا' تاہم ان سب نے سفید نقطے ہی کو دیکھا تھا۔

خود میں تبدیلی لاؤ۔

کیا تم نے بچوں کی کتابیں دیکھی ہیں؟ ان میں تصویریں ہوتی ہیں' ایسی تصویریں جنہیں سمجھو تو بہت بامعنی ہوتی ہیں۔ ایک خاص تصویر میں ایک نوجوان عورت ہوتی ہے' تم اسے دیکھ سکتے ہو' تاہم انہی لکیروں میں' اسی تصویر میں ایک بوڑھی عورت چھپی ہوتی ہے۔ اگر تم اسے مسلسل دیکھتے رہو تو اچانک نوجوان عورت غائب ہوجاتی ہے اور تمہیں بڑھیا کا چہرہ نظر آنے لگتا ہے۔ تم بڑھیا کا چہرہ مسلسل تکتے رہو تو اچانک وہ غائب ہوجاتا ہے اور نوجوان عورت کا چہرہ نمودار ہوجاتا ہے۔ تم دونوں کو بیک وقت نہیں دیکھ سکتے' یہ ناممکن ہے۔ تم ایک وقت میں ایک چہرہ دیکھ سکتے ہو' دوسرا چہرہ دوسرے وقت میں۔ جب تم

ایک مرتبہ دونوں چہروں کو دیکھ لیتے ہو تو تمہیں خوب علم ہو جاتا ہے کہ دوسرا چہرہ بھی وہاں موجود ہے' تاہم تم انہیں پھر بھی اکٹھے نہیں دیکھ سکتے۔ ذہن مسلسل تغیر پذیر ہے' پس ایک مرتبہ تم نوجوان چہرہ دیکھتے ہو' دوسری مرتبہ بوڑھا چہرہ۔

تم دونوں کو اکٹھے نہیں دیکھ سکتے۔ پس جب تم خیالوں پر توجہ مرکوز کرتے ہو تو وقفوں پر نہیں کرسکتے۔ وقفے تو ہمیشہ موجود ہوتے ہیں۔ وقفوں پر توجہ مرکوز کرو' اور دفعتاً تمہیں علم ہوگا کہ وقفے موجود ہیں جبکہ خیال معدوم ہو رہے ہیں: اور ان وقفوں میں سمادھی کی پہلی جھلکیاں دکھائی دیں گی۔

اگر تمہیں ایک مرتبہ علم ہو جائے کہ وقفہ رحمت بھرا ہوتا ہے' تو تم سوچتے ہو کہ اسے تمہاری فطرت بن جانا چاہیے۔ تب تم محنت کرنا شروع کردیتے ہو۔

یہی نرودھ پرینام ہے' جب تمہارا ذہن دو خیالوں کے درمیانی وقفے سے بھر جاتا ہے۔ دس سال پہلے جاپان کے شاہی ہیروں کی قیمت کا تخمینہ لگایا گیا۔ شاہی خزانے کو ایک عمارت میں رکھا جاتا تھا جسے سوشوان کہتے تھے۔ اس عمارت میں 900 سال سے ہیرے جمع کیے جارہے تھے۔ جب موتیوں کی ایک مالا کو دیکھا جارہا تھا تو درمیان کا ایک موتی دوسروں سے مختلف نظر آیا۔ مالا کو دھو کر صدیوں پرانی گرد صاف کی گئی اور گہرے تجسس کے ساتھ موتیوں کا جائزہ لیا گیا۔ جائزہ لینے والوں کو خزانے کے اندر ایک خزانہ مل گیا۔ اس مالا کا موتی عام موتیوں جیسا نہیں بلکہ گلابی ہرے رنگ کا تھا۔ صدیوں تک اسے ایک عام سا موتی سمجھا جاتا رہا تھا لیکن اب ایسا نہیں تھا۔

اس بات کی کوئی اہمیت نہیں ہے کہ ہم کتنے طویل عرصے تک غلط تشخص کے ساتھ جیتے ہیں' تاہم اپنا تجزیہ خود کرکے ہم اپنی سچی اور پرسکون فطرت کو منکشف کرسکتے ہیں۔ جب تم اپنی حقیقت کی ایک جھلک دیکھ لو گے تو صدیوں سے چلی آرہی جھوٹی شناختیں غائب ہوجائیں گی۔ اب تمہیں یہ شناختیں مزید دھوکا نہیں دے سکتیں۔ یہ نرودھ پرینام تمہیں تمہاری حقیقی فطرت کی پہلی جھلک دکھاتی ہے۔ یہ تمہیں گرد کی تہوں میں چھپے حقیقی موتی کی ایک جھلک دکھاتی ہے۔ یہ گرد کی تہیں خیالات' تاثرات' تخیلات' خوابوں اور خواہشوں کی تہیں ہوتی ہیں۔

تم ایک وقت میں ایک جھلک دیکھ سکتے ہو۔ میں اسے تبدیلیٔ مذہب کہتا ہوں۔ تبدیلیٔ مذہب یہ نہیں ہوتی کہ کوئی ہندو عیسائی بن جائے یا کوئی عیسائی ہندو۔ یہ تو ایک زنداں سے دوسرے زنداں کی طرف منتقلی ہوتی ہے۔ تبدیلیٔ مذہب تو وہ ہوتی ہے جب تم خیال سے ''لاخیال'' کو جاتے ہو' جب تم ذہن سے لاذہن کو جاتے ہو۔ تبدیلیٔ مذہب تب ہوتی ہے' جب تم نرودھ پرینام کو دیکھتے ہو' جب تم دو خیالوں کے درمیان دیکھتے ہو اور اچانک تمہاری حقیقت منکشف ہوتی ہے — بالکل آسمانی بجلی کی طرح۔ تب پھر سے تاریکی چھا جاتی ہے' تاہم تم ویسے ہی نہیں رہتے۔ تم کسی ایسی شے کو دیکھ چکے ہوتے ہو' جسے تم اب بھلا نہیں سکتے۔ اب تم مسلسل ڈھونڈو گے۔

☆☆☆

درج ذیل سوترا یہی کہتا ہے:

یہ بہاؤ مسلسل تاثرات سے پرسکون ہو جاتا ہے۔

اگر تم بار بار وقفے میں جاتے ہو' اگر تم بار بار تجربے کا مزہ چکھتے ہو' اگر تم بار بار نرودھ کے توسط سے دیکھتے ہو — بغیر خیال کے تم اپنی ہستی کو دیکھتے ہو تو یہ بہاؤ پرسکون ہو جاتا ہے' یہ بہاؤ فطری بن جاتا ہے' یہ بہاؤ بے ساختہ بن جاتا ہے۔ تم اپنا خزانہ حاصل کر لیتے ہو' تم اسے حاصل کرنا شروع کر دیتے ہو۔ پہلے چھوٹے وقفوں کی جھلکیاں دکھائی دیتی ہیں' پھر زیادہ بڑے وقفوں کی' پھر ان سے بھی بڑے۔ تب ایک روز ہوتا یہ ہے کہ آخری خیال جاتا ہے اور کوئی خیال نہیں آتا۔ تم گہری خاموشی میں ہوتے ہو' ابدی خاموشی میں۔ یہی منزل ہے۔

یہ دشوار ہے' تاہم مہیا ہے۔

ایک روایت ہے کہ جب عیسیٰؑ کو مصلوب کیا گیا تو آخری لمحوں میں ایک فوجی نے اپنا نیزہ ان کے پہلو میں چبھو کر دیکھا کہ وہ زندہ ہیں یا مر چکے ہیں۔ انہوں نے آنکھیں کھولیں اور بولے: ''دوست! میرے دل کو جانے والا ایک راستہ اس سے بھی مختصر ہے۔'' ان کے دل میں ایک برچھی کھبی ہوئی تھی اور وہ کہہ رہے تھے: ''دوست! میرے دل کو جانے والا ایک راستہ اس سے بھی مختصر ہے۔''

لوگ صدیوں سے غور کر رہے ہیں کہ ان کی اس بات کا حقیقی مفہوم کیا تھا۔ چونکہ جملہ علامتی ہے لہٰذا اس کے ایک ہزار ایک معنی لیے جا سکتے ہیں۔ تاہم میرا خیال یہ ہے کہ اگر تم اپنے دل کو جاؤ تو یہ مختصر ترین راستہ ہے' عیسیٰؑ کے دل تک پہنچنے کا سب سے مختصر راستہ۔ اگر تم اپنے دل میں جاتے ہو' اگر تم اندر کو جاتے ہو تو تم عیسیٰؑ کے نزدیک تر ہو جاؤ گے۔ اور خواہ عیسیٰؑ زندہ ہوں یا نہیں' تمہیں اندر دیکھنا ہے' تمہیں اپنی زندگی کا سرچشمہ ڈھونڈنا ہے' اور تب تمہیں علم ہو گا کہ عیسیٰؑ کبھی نہیں مر سکتے۔ وہ تو ابدی حیات ہیں۔ ہو سکتا ہے وہ صلیب پر اس جسم سے چلے گئے ہوں' تاہم وہ کہیں اور رونما ہوں گے۔ ہو سکتا ہے وہ کہیں اور رونما نہ ہوں' تاہم وہ ابد تک کُل کے دل میں موجود رہیں گے۔

جب عیسیٰؑ نے کہا تھا: ''دوست! میرے دل کو جانے والا ایک راستہ اس سے بھی مختصر ہے'' تو ان کا مطلب تھا: ''اندر جاؤ۔ اپنی فطرت پر غور کرو۔ تم مجھے وہیں پاؤ گے۔ خداوند کی بادشاہت تم میں ہے۔'' اور یہ ابدی بادشاہت ہے۔ یہ لامختتم حیات ہے' یہ موت سے خالی زندگی ہے۔

اگر تم نرودھ میں دیکھو گے تو تم موت سے خالی زندگی کو دیکھو گے' زندگی جس کا نہ آغاز ہے' نہ انجام۔

جب تم ایک مرتبہ اس اکسیر کو چکھ لیتے ہو تب کوئی شے تمہاری خواہش کا ہدف نہیں بن سکتی۔ تب یہ خواہش کا ہدف بن جاتا ہے۔ یہ خواہش تمہیں سمادھی تک لے جا سکتی ہے۔ تب اس خواہش کو بھی ترک کرنا پڑے گا۔ وہ اپنا کام کر چکی ہوتی ہے۔ وہ تمہیں ایک مومینٹم دے چکی ہے' وہ تمہیں تمہاری ہستی کے دروازے پر لا چکی ہے' اب اسے بھی ترک کر دینا ہو گا۔

جب تم اسے ترک کر دیتے ہو تو تم مزید نہیں ہوتے ...... صرف بھگوان ہوتا ہے۔ یہی بغیر بیج والی سمادھی ہے۔



چوتھا باب

بیج بنو

اوشو! میں نے سنا ہے کہ ایک مرتبہ پتانجلی اور لاؤتزو اکٹھے ایک ندی پر پہنچے۔ پتانجلی نے پانی کی سطح پر چل کر اسے پار کرنا شروع کیا۔ لاؤتزو نے اسے آواز دے کر واپس بلا لیا۔ پتانجلی نے کہا: ''کیا بات ہے؟'' لاؤتزو نے جواب دیا: ''ندی پار کرنے کا یہ طریقہ نہیں ہوتا۔'' پھر وہ اسے ایک ایسی جگہ لے گیا جہاں پانی اتھلا تھا اور دونوں نے پانی میں چل کر ندی کو پار کیا۔

یہ کہانی سچی ہے' تاہم تم نے اس کا سب سے اہم نقطہ نظرانداز کر دیا ہے۔ آؤ میں تمہیں پوری کہانی سناتا ہوں:

میں نے سنا ہے کہ پتانجلی اور لاؤتزو ایک ندی پر پہنچے۔ پتانجلی پانی کی سطح پر چلتے ہوئے اسے ندی کو پار کرنے لگا۔ لاؤتزو کنارے پر ہی کھڑا تھا۔ اس نے پکار کر اسے واپس بلایا۔

''کیا بات ہے؟'' پتانجلی نے پوچھا۔

لاؤتزو بولا: ''ندی کو پار کرنے کی ضرورت نہیں ہے' کیونکہ یہ کنارا ہی دوسرا کنارہ ہے۔''

لاؤتزو کی ساری تلقین یہی ہے: کہیں جانے کی ضرورت نہیں ہے' دوسرا کنارا

یہیں ہے۔ کچھ کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ واحد ضرورت ہے ہونا۔ کوشش بے کار ہے کیونکہ تم پہلے ہی وہ ہو جو تم ہو سکتے ہو۔ کہیں مت جاؤ۔ کسی راستے پر مت چلو۔ کچھ تلاش مت کرو۔ جہاں کہیں تم جاؤ گے' تمہارا سفر بے کار ہوگا کیونکہ ہر شے تو پہلے ہی یہاں دستیاب ہے۔

میں تمہیں ایک اور کہانی سناتا ہوں' دنیا میں انسانی شعور کی سب سے اہم کہانی۔ یہ کہانی زرتشت اور ایک دوسرے لاؤتزو کی ہے' جو کہ فطری ہونے میں' پرسکون ہونے میں اور بس ہونے میں یقین رکھتا تھا:

ایک مرتبہ کا ذکر ہے فارس کا بادشاہ ایک جنگ میں فتح پا کر واپس آ رہا تھا۔ وہ اس مقام کے نزدیک پہنچا جہاں زرتشت رہتا تھا۔ بادشاہ نے اس سے ملنے کا فیصلہ کیا۔ وہ اس کے پاس پہنچا اور کہنے لگا: ''آپ مجھے فطرت اور کائنات کے قوانین کے بارے میں سمجھائیے۔ میں یہاں زیادہ عرصہ ٹھہر نہیں سکتا کیونکہ میں جنگ سے واپس آ رہا ہوں اور مملکت کے اہم کام محل میں میرے منتظر ہیں۔''

زرتشت بادشاہ کی طرف دیکھتے ہوئے مسکرایا۔ اس نے زمین سے گندم کا ایک دانہ اٹھایا اور اسے دیتے ہوئے بولا: ''گندم کے اس چھوٹے سے دانے میں فطرت اور کائنات کے سارے قوانین موجود ہیں۔''

بادشاہ یہ جواب پا کر بے حد حیران ہوا۔ وہ اسے سمجھا نہیں تھا۔ وہ اردگرد موجود لوگوں کے چہروں پر مسکراہٹ دیکھ کر مشتعل ہو گیا۔ اس نے گندم کا دانہ زمین پر پھینک دیا اور زرتشت سے بولا: ''میں کتنا احمق ہوں' میں نے تم سے مل کر اپنا وقت ضائع کیا ہے۔''

کئی سال گزر گئے۔ بادشاہ بظاہر ہنسی خوشی زندگی گزار رہا تھا' تاہم جب وہ رات کو سونے لیٹتا تو اس کے ذہن میں عجیب عجیب خیالات آتے اور وہ پریشان ہو جاتا: ''میں کب تک بادشاہت کے مزے لوٹتا رہوں گا؟ جب موت آئے گی تو کیا ہوگا؟ کیا میری دولت اور بادشاہت مجھے موت اور بیماری سے بچا سکتی ہیں؟ کیا موت کے آنے سے سب کچھ کھو جائے گا؟''

محل میں کوئی ان سوالوں کا جواب نہیں دے سکا۔ اس عرصے میں زرتشت کی شہرت بڑھتی رہی تھی۔ لہٰذا اس نے اپنے وقار کو بالائے طاق رکھتے ہوئے زرتشت کو ڈھیر ساری دولت بھیجی اور اسے اپنے محل میں آنے کی دعوت دی۔

کئی دنوں بعد قاصد واپس آیا۔ اس نے بتایا کہ وہ زرتشت سے مل آیا ہے۔ اس نے بادشاہ کو دعائیں دی ہیں' تاہم دولت قبول نہیں کی۔ اس نے کہا ہے کہ ''میرے لیے دولت کوئی وقعت نہیں رکھتی کیونکہ میں حقیقی خزانہ پاچکا ہوں۔'' زرتشت نے بادشاہ کو ایک تحفہ بھی بھیجا تھا۔ اس نے کہا تھا کہ یہ استاد ہے' جو بادشاہ کو سب کچھ سکھا سکتا ہے۔

بادشاہ نے دیکھا تو وہ وہی گندم کے دانے تھے۔ اس نے سوچا ضرور ان میں کوئی جادو ہے' اسرار ہے' لہٰذا اس نے انہیں سونے کے ڈبے میں رکھ کر اپنے خزانے میں چھپا دیا۔ وہ تقریباً ہر روز کسی معجزے کے رونما ہونے کی توقع میں اسے دیکھتا تھا۔

مہینے اور پھر سال گزر گئے لیکن کچھ نہیں ہوا۔ آخر بادشاہ کا پیمانۂ صبر لبریز ہوگیا اور وہ کہنے لگا: ''ایسا لگتا ہے زرتشت نے مجھے دوبارہ دھوکا دیا ہے یا تو وہ مجھے بے وقوف بنا رہا ہے یا اسے میرے سوالوں کے جواب نہیں آتے۔ میں اسے دکھاؤں گا کہ میں اس کی مدد کے بغیر بھی اپنے سوالوں کے جواب پاسکتا ہوں۔'' اس نے ہندوستان کے ایک فلسفی کے پاس قاصد بھیجا۔ اس نے اسے بھی دولت بھجوائی تھی۔

کئی ماہ بعد قاصد اس فلسفی کو لے کر واپس آیا۔ فلسفی نے بادشاہ سے کہا ''مجھے فخر ہے کہ آپ نے مجھے استاد بنایا ہے' تاہم میں بلاتکلف بتانا چاہتا ہوں کہ آپ کے ملک آنے کا میرا بنیادی مقصد عظیم زرتشت سے ملنا ہے۔''

بادشاہ نے اسے گندم کے دانوں والا سونے کا ڈبا دیا اور بولا: ''میں نے زرتشت سے کہا کہ مجھے سبق دے۔ اس نے یہ بھجوا دیا۔ یہ ہے وہ استاد جو مجھے فطرت اور کائنات کے قانون کا درس دے گا۔ کیا یہ مذاق نہیں ہے؟''

فلسفی دیر تک گندم کے دانے کو دیکھتا رہا۔ آخر وہ بولا: ''میں مانتا ہوں کہ زرتشت عظیم استاد ہے۔ گندم کا یہ ننھا سا دانہ ہمیں کائنات کے قوانین سکھا سکتا ہے' کیونکہ اس میں سبھی قوانین موجود ہیں۔ آپ کو یہ دانا سونے کے ڈبے میں نہیں رکھنا چاہیے تھا۔ اگر آپ

اسے زمین میں بو دیتے اور اس کی نشوونما کو دیکھتے تو آپ کو پتا چلتا کہ اس کے اندر ایک پراسرار قوت موجود ہے — زندگی کی قوت۔ بیج غائب ہوجاتا ہے اور غائب ہوکر موت پر فتح پالیتا ہے۔''

بادشاہ نے کہا: ''تم ٹھیک کہتے ہو' لیکن آخرکار پودا مرجائے گا اور مٹی میں مل جائے گا۔''

فلسفی نے جواب دیا: ''ایسا نہیں ہوگا' کیونکہ اس نے تخلیق کا عمل سرانجام دیا ہے اور اپنے جیسے ہزاروں دانوں کو پیدا کیا ہے۔ زندگی ہمیشہ مزید زندگی کو جنم دیتی ہے' بیج مزید بیج کو جنم دیتا ہے' بیج مزید بیجوں کو۔ انسان کو واحد فن سیکھنے کی ضرورت ہے — اور وہ ہے مرنے کا فن۔ تب انسان دوبارہ جنم لیتا ہے۔ میرا مشورہ ہے کہ ہم زرتشت سے ملیں تاکہ وہ ہمیں مزید درس دے۔''

چند دن بعد وہ زرتشت کے پاس پہنچ گئے۔ اس کی واحد کتاب فطرت کی عظیم کتاب تھی اور وہ اپنے شاگردوں کو اسی میں سے درس دیا کرتا تھا۔ ان دونوں نے زرتشت کے باغ میں یہ عظیم صداقت جانی کہ زندگی اور کام' تفریح اور تعلیم ایک ہیں۔ زندگی بسر کرنے کا درست طریقہ سادہ اور فطری زندگی بسر کرنا ہے — ایک تخلیقی زندگی' جس میں فرد مکمل طور پر نشوونما پاتا ہے۔ انہوں نے ایک سال باغ میں فطرت کی عظیم کتاب سے ہستی اور حیات کے قانون پڑھتے ہوئے گزارا۔ سال بعد بادشاہ نے روانگی کے وقت زرتشت سے کہا کہ وہ اس عظیم تعلیم کا نچوڑ باضابطہ انداز میں بیان کرے۔ زرتشت نے ایسا ہی کیا اور اس کا نتیجہ ہے ژنداوستا — پارسیوں کی عظیم کتاب۔

یہ طویل کہانی بتاتی ہے کہ کس طرح ایک انسان دیوتا بن جاتا ہے' جو تمہارے اندر پوشیدہ ہے' وہ کس طرح منکشف ہوسکتا ہے۔

بیج بنو۔ تم بیج ہو لیکن شاید تم سونے کے ڈبے میں بند ہو۔ مٹی میں مل جاؤ' جس سے کہ تمہارا سمبندھ ہے' اور مٹی میں مرنے کے لیے تیار ہو جاؤ۔ اس موت سے خوفزدہ مت ہونا' کیونکہ جو لوگ موت سے ڈرتے ہیں' وہ خود کو زندگی سے دور کررہے ہیں۔ موت کچھ نہیں' زندگی کا دروازہ ہے۔ موت سے پہلی شناسائی ہی زندگی ہے' پس جو لوگ موت

سے خوفزدہ ہیں' وہ خود کو زندگی سے روک رہے ہیں۔ تب وہ سونے کے ڈبے میں محفوظ رہیں گے' لیکن یوں وہ نشوونما نہیں پائیں گے۔ درحقیقت سونے کے ڈبے میں ان کی زندگی' موت کے سوا کچھ بھی نہیں ہے۔

مٹی میں موت صرف ایک شروعات ہے' اختتام نہیں' لیکن سونے کے ڈبے میں رہنا اختتام ہے۔ اس میں شروعات نہیں ہوتی۔

تم ایک بیج ہو۔ کہیں اور جانے کی ضرورت نہیں ہے۔ جس شے کی ضرورت ہے' وہ ہے تمہارا اپنی طرف آنا' تاہم بیج کے خول کو ٹوٹنا ہوگا۔ انا کو مٹی میں تحلیل کرنے کی ضرورت ہے' انا کو مٹی میں مرنے کی ضرورت ہے۔ ایسا ہوجائے تو ساری کائنات تم سے ہم کلام ہوجائے گی۔ تم اچانک وہ بن جاؤ گے جو ساری زندگی بننا چاہتے تھے۔ منزل تم میں پہنچنے لگے گی۔

درحقیقت یہ کنارہ ہی دوسرا کنارہ ہے۔ کہیں جانے کی ضرورت نہیں ہے۔ تمہیں ضرروت ہے صرف اندر جانے کی۔ تمہیں ضرورت ہے اپنی ہستی میں چھلانگ لگانے کی' اپنے ساتھ ہم آہنگ ہونے کی۔ لاؤتزو دوسرے کنارے پر جانے کا طریقہ نہیں سکھاتا۔

ہم کہانی کو دوسرے انداز سے بھی ترتیب دے سکتے ہیں۔ فرض کیا اس کے تین کردار تھے۔۔۔ پتانجلی' گوتم بدھ' لاؤتزو۔ پتانجلی پانی کی سطح پر چلنے کی کوشش کرے گا۔۔۔ وہ چل سکتا ہے۔ وہ شعور کی داخلی دنیا کا عظیم سائنٹسٹ ہے۔ وہ جانتا ہے کہ کششِ ثقل پر قابو کس طرح پایا جاسکتا ہے۔ گوتم بدھ کہے گا' "ندی پار کرنے کا یہ کوئی طریقہ نہیں ہے۔ آؤ میں تمہیں ایک ایسی جگہ دکھاتا ہوں جہاں اتنی محنت کرنے کی ضرورت نہیں ہوگی۔ راستہ آسان ہے۔ ندی اتھلی ہے' ہمیں صرف چند سو گز چلنا ہوگا اور اتھلے پانی میں چلنا ہوگا۔ اس میں کوئی فن سیکھنے کی ضرورت نہیں ہے۔ یہ بآسانی ہوسکتا ہے۔" گوتم بدھ یہ کہے گا۔ اور لاؤتزو؟ وہ ہنسے گا' اور گوتم بدھ اور پتانجلی سے کہے گا: "تم کیا کررہے ہو؟ اگر تم اس کنارے سے چلے گئے تو تم بھٹک جاؤ گے کیونکہ یہی دوسرا کنارا ہے۔ یہاں' عین اسی لمحے ہر شے ویسی ہی ہے جیسی اسے ہونا چاہیے۔ کہیں جانے کی ضرورت نہیں ہے۔ سچ ڈھونڈنے والے کو کسی راستے پر نہیں چلنا ہوتا کیونکہ سچ یہیں ہے۔"

لاؤتزو کہتا ہے اپنے اندر سکون کرو۔ یہ سفر نہیں ہے۔ کسی تیاری کی ضرورت نہیں' کیونکہ یہ سفر نہیں ہے۔ جو تم ہو' بس وہی ہو' سکون سے رہو۔ اپنی فطرت میں سکون کرو۔ سونے کے ڈبے والی سب بکواسیات کو جھٹک دو۔۔۔ اخلاقیات کے زنداں' تصورات اور فلسفوں کے زنداں۔ اس سب لایعنی پن کو ترک کردو۔ مٹی سے خوف مت کھاؤ اور آسمان کی طلب مت رکھو۔ مٹی میں مل جاؤ۔ خوفزدہ مت ہو۔ فطرت میں مل جاؤ کیونکہ تم حقیقتاً اسی سے تعلق رکھتے ہو' اشیاء کے حاصل جمع سے۔

زرتشت نے ٹھیک کیا تھا۔ وہ بادشاہ کو بے وقوف نہیں بنا رہا تھا۔ وہ تو ایک سادہ سا انسان تھا۔ چونکہ بادشاہ نے خود کہا تھا کہ اس کے پاس زیادہ وقت نہیں لہٰذا زرتشت نے علامتی جواب دیا تھا۔۔۔ بیج۔ تاہم بادشاہ سمجھ نہیں سکا۔ زرتشت نے اسے پوری ژنداوستا بیج میں دے دی تھی۔ کچھ نہیں رہتا ہے؟ یہ ہے حقیقی دھرم کا پیغام۔ باقی سب تبصرے ہیں۔

زرتشت نے بیج دے کر ویسا ہی عمل کیا تھا جیسا گوتم نے مہا کیشپ کو پھول دے کر کیا تھا۔ زرتشت نے بیج دے کر پھول سے زیادہ کچھ دے دیا تھا۔ ان علامتوں کو سمجھنے کی کوشش کرو۔

گوتم بدھ پھول دیتا ہے۔ پھول اختتام ہے۔ اسے صرف کسی مہا کیشپ کو دیا جاسکتا ہے' جو کہ انجام کے قریب تھا۔ زرتشت نے بیج دیا تھا۔ بیج ابتدا ہے۔ اسے ایسے شخص کو دیا جاسکتا ہے جو تلاش کا آغاز کررہا ہو' جو ابھی دریافت کررہا ہو' جو راستہ ڈھونڈ رہا ہو' جو اندھیرے میں ٹامک ٹوئیاں مار رہا ہو۔ مہا کیشپ کو اس کی ضرورت نہیں تھی۔ زرتشت کا بیج انہیں دیا جاسکتا ہے جنہیں اس کی ضرورت ہو۔ اور اس نے کیا کہا تھا؟ اس نے کہا تھا' "بیج بنو۔ تم ایک بیج ہو۔ تم میں بھگوان چھپا ہے۔ اِدھر اُدھر کہیں مت جاؤ۔"

زرتشت کا مذہب ایک انتہائی فطری مذہب ہے: زندگی جیسی ہے اُسے ویسی ہی قبول کرو' جیسی زندگی ہے' اسے ویسے ہی جیو۔ ناممکن کی بات نہ کرو۔ اسے سہل لو۔ ہر طرف دیکھو۔ سچ حال ہے' صرف تم غیر موجود ہو۔ یہ کنارہ ہی دوسرا کنارہ ہے' دوسرا کنارہ کوئی نہیں ہے۔ یہی جیون جیون ہے' کوئی اور جیون نہیں ہے۔

تاہم تم اس جیون کو دو طرح سے جی سکتے ہو: کم سے کم پر' اور زیادہ سے زیادہ

پر۔ اگر تم کم سے کم پر جیتے ہو تو تم ایک بیج کی طرح جیو گے۔ اگر تم ایک پھول کی طرح جیتے ہو تو تم زیادہ سے زیادہ پر جیو گے۔ اپنے بیج کو پھول بننے دو۔ بیج ہی پھول بن جائے گا۔ تم ہی دوسرا کنارہ بن جاؤ گے۔ تم ہی بیج بن جاؤ گے۔

اس بات کو یاد رکھو۔ اگر تم اسے یاد رکھ سکتے ہو' تو صرف فطری بننے سے' تم ساری بنیادی بات سمجھ جاؤ گے۔

☆☆☆

زازن زین اور پتانجلی کے دھیان میں کیا فرق ہے؟

پتانجلی کا دھیان ایک مرحلہ ہے' اس کے آٹھ مراحل میں دھیان ایک مرحلہ ہے۔ زازن میں دھیان واحد مرحلہ ہے' کوئی اور مرحلہ نہیں ہے۔ پتانجلی تدریجی بڑھوتری میں یقین رکھتا ہے۔ زین اچانک گیان میں۔ پس جو کچھ پتانجلی کے ہاں محض ایک مرحلہ ہے' وہی زین میں سب کچھ ہے۔۔۔ صرف دھیان کافی ہے' مراقبہ کافی ہے۔ کسی اور شے کی ضرورت نہیں ہے۔ ہر شے کو رد کیا جاسکتا ہے۔ زازن میں ہر شے مددگار ہوسکتی ہے تاہم جوہری نہیں ہے۔۔۔ صرف مراقبہ۔

پتانجلی تمام ضرورتوں' تمام تقاضوں کو پورا کرتا ہے' ابتداء سے انتہا تک۔ وہ تمہیں مکمل تعلیم دیتا ہے۔ یہ کوئی ایکا ایکی مظہر نہیں ہے۔ انسان کو تدریجی طور پر بڑھنا ہوتا ہے' دھیرے دھیرے۔ جوں جوں تم بڑھتے جاتے ہو اور اپنی بڑھوتری کو جذب کرتے جاتے ہو' تم اگلے مرحلے کے اہل ہوتے جاتے ہو۔ زین شاذ استثناؤں کے لیے ہے' ان چند جرأت مند روحوں کے لیے جو بغیر کسی شے کے ہر خطرہ مول لے سکتے ہیں۔

ایسا سب کے لیے ممکن نہیں ہے۔ تم احتیاط کے ساتھ بڑھتے ہو۔۔۔ اور احتیاط کے ساتھ بڑھنا غلط نہیں ہے۔ اگر یہ تمہیں فطری لگتا ہے تو احتیاط سے بڑھو' تمہیں احتیاط سے بڑھنا ہوگا۔ تب بے وقوف مت بنو اور چھلانگ لگانے کی کوشش مت کرو۔ اپنی فطرت کی سنو۔ اگر تم محسوس کرتے ہو کہ محتاط رہنا تمہاری فطرت ہے' تو احتیاط سے چلو۔ اگر تم محسوس کرتے ہو کہ خطرہ مول لینا' جوا کھیلنا تمہاری فطرت ہے تو احتیاط مت کرو' تب تدریجی مراحل کی فکر مت کرو۔ تم ٹیرس سے سیڑھیوں کے ذریعے بھی اتر سکتے ہو اور چھلانگ

لگا کر بھی۔ اس کا انحصار تم پر ہے۔ اپنی فطرت کی سنو۔

چند لوگ ایسے ہیں جو سیڑھیوں کے ذریعے اترنے کی فکر نہیں کرتے' جو انتظار کی زحمت گوارا نہیں کرتے۔ جونہی وہ پکار سنتے ہیں' چھلانگ لگا دیتے ہیں۔ پکار سننے کے بعد وہ انتظار نہیں کرسکتے۔ تاہم ایسے لوگ شاذ ہوتے ہیں۔

جب میں کہتا ہوں ''شاذ'' تو میرا مطلب یہ نہیں ہوتا کہ ''اعلیٰ تر''۔ میں ''شاذ'' کہتا ہوں' صرف حقیقت بیان کرنے کے لیے یعنی یہ کہ ایسے لوگ زیادہ نہیں ہوتے۔ میں یہ نہیں کہہ رہا کہ وہ عام لوگوں سے اعلیٰ تر ہوتے ہیں۔ نہ کوئی اعلیٰ ہوتا ہے نہ کوئی ادنیٰ۔۔۔ تاہم لوگ مختلف ہوتے ہیں۔ ایسے لوگ ہوتے ہیں' جنہیں چھلانگ لگانا پسند ہوتا ہے۔ انہیں زین کا انتخاب کرنا چاہیے۔ ایسے لوگ بھی ہیں جو منزل تک آسانی سے پہنچنا چاہتے ہیں' احتیاط کے ساتھ' تدریجی مراحل کے ذریعے۔ بالکل ٹھیک ہے۔ وقار سے چلو' اگر یہی تمہارا طریق ہے تو ٹھیک ہے۔

ہمیشہ یاد رکھو کہ یہ تم اور تمہاری فطرت ہوتی ہے جسے فیصلہ کن عامل ہونا پڑتا ہے۔ پتانجلی یا زین کی پیروی مت کرو۔ صرف اپنی ہستی کی سنو۔ پتانجلی اور زین تمہارے لیے ہیں' تم ان کے لیے نہیں ہو۔ سبت انسان کے لیے ہے انسان سبت کے لیے نہیں ہے۔ تمام دھرم انسان کے لیے ہیں' انسان ان کے لیے نہیں ہے۔ آخری بات یہ کہ تمہی منزل ہو۔

☆☆☆

میرے اندر کی آواز کہتی ہے کہ کھاؤ' پیو' ساحل پر جا کر مزے کرو۔
میں خوفزدہ ہوں کہ اگر میں ایسا ہی کروں گا تو اتنا کمزور ہو جاؤں گا
کہ اس دنیا میں جی نہیں سکوں گا۔ اگر میں خود کو آزاد چھوڑ دوں تو
کیا ہستی میری حفاظت کرے گی؟

پہلی بات یہ ہے کہ ''اس'' دنیا میں جینے کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔ یہ دنیا پاگل خانہ ہے۔ اس میں جینے کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔ حرص و ہوس' سیاست' انا کی دنیا میں

جینے کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔ یہ روگ ہے۔

البتہ ہونے کا ایک اور طریقہ بھی ہے' اور مذہب کا سارا مدعا ہی یہ ہے: تم اس دنیا میں ہو بھی سکتے ہو اور اس کے نہیں بھی ہو سکتے۔

''میرے اندر کی آواز کہتی ہے کہ کچھ کرو......'' تب کچھ مت کرو۔ تم سے اعلیٰ کوئی نہیں ہے۔ اپنے داخلی محسوسات پر اعتماد کرنا شروع کرو۔ پھر کچھ مت کرو۔ اگر تم صرف سونا' کھانا اور ساحل پر کھیلنا چاہتے ہو تو بالکل ٹھیک ہے۔ اسی کو اپنا دھرم بنا لو۔ تب خوفزدہ مت ہو۔

تمہیں خوف سے نجات پانا ہوگی۔ اگر معاملہ داخلی محسوسات اور خوف میں انتخاب کا ہو تو داخلی محسوسات کا انتخاب کرلو۔ خوف کا انتخاب مت کرو۔ بہت سے لوگوں نے خوف کے زیراثر دھرم کا انتخاب کیا ہوا ہے' پس وہ ایک معلق زندگی بسر کررہے ہیں۔ وہ نہ تو مذہبی ہیں' نہ دنیا دار۔ وہ دبدھے میں جی رہے ہیں۔

خوف کوئی مدد نہیں کرے گا۔ خوف کا مطلب ہمیشہ غیر معلوم کا خوف ہوتا ہے۔ خوف کا مطلب ہمیشہ موت کا خوف ہوتا ہے۔ خوف کا مطلب ہمیشہ کھو جانے کا خوف ہوتا ہے' تاہم اگر تم حقیقتاً زندہ رہنا چاہتے ہو' تو تمہیں کھوئے جانے کے امکان کو قبول کرنا ہوگا۔ تمہیں غیر معلوم کے عدم تحفظ کو قبول کرنا ہوگا' غیر آشنا کی' اجنبی کی بے چینی اور دشواری کو قبول کرنا ہوگا۔ انسان کو رحمت و سعادت کے حصول کے لیے یہ قیمت ادا کرنا ہی ہوتی ہے' اور کوئی شے بھی قیمت ادا کیے بغیر حاصل نہیں کی جاسکتی۔ تمہیں اس کی قیمت ادا کرنا ہوگی' بصورت دیگر تم خوف سے مفلوج ہی رہو گے۔ تمہاری ساری زندگی اکارت چلی جائے گی۔

تمہارے داخلی محسوسات جو کہتے ہیں' ان سے لطف اندوز ہو۔

''میں سوچتا ہوں کہ میں اتنا کمزور ہو جاؤں گا کہ اس دنیا میں جی نہیں سکوں گا۔'' اس کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔ یہ تمہارے اندر کا خوف بول رہا ہے' خوف مزید خوف پیدا کررہا ہے۔ خوف سے مزید خوف جنم لیتے ہیں۔

''کیا ہستی حفاظت کرے گی؟'' یہ خوف ہے جو ضمانت طلب کررہا ہے' وعدے لے رہا ہے۔ تمہیں ضمانت کون دے گا؟ کون ہے جو تمہاری زندگی کی ضمانت دے سکتا ہے؟

تم ایک طرح کی انشورنس کا تقاضا کررہے ہو۔ نہیں' اس کا کوئی امکان نہیں ہے۔ ہستی میں کوئی شے انشورڈ نہیں ہوتی — نہ ہوسکتی ہے — اور یہ اچھا ہے۔ وگرنہ اگر ہستی بھی انشورڈ ہوتی تو تم پہلے ہی پوری طرح مرچکے ہوگے۔ تب تیز ہوا کے مقابل نوخیز پتے کی طرح جینے کا سارا لطف اکارت ہو جائے گا۔

زندگی خوبصورت ہے کیونکہ یہ غیر محفوظ ہے۔ زندگی خوبصورت ہے' موت کی وجہ سے۔ زندگی خوبصورت ہے کیونکہ اسے کھویا جاسکتا ہے۔ اگر تم اسے نہیں کھوؤ گے تو ہر شے تم پر تھونپ دی جائے گی' زندگی ایک زنداں بن جائے گی۔ تم اس سے لطف اندوز نہیں ہوسکو گے۔ اگر تمہیں خوش ہونے کا اور آزاد ہونے کا ''حکم'' دیا جائے تو نہ خوشی رہتی ہے اور نہ آزادی۔

''اگر میں خود کو آزاد چھوڑ دوں تو کیا ہستی میری حفاظت کرے گی؟'' کوشش کرو۔ میں تو تمہیں صرف ایک بات کہہ سکتا ہوں ...... میں تمہارے خوف کی بات نہیں کررہا' یاد رکھنا۔ میں تو تمہیں صرف ایک بات کہہ سکتا ہوں کہ جن لوگوں نے کوشش کی ہے' انہوں نے پایا ہے کہ ہستی ان کی حفاظت کرتی ہے۔ لیکن میں تمہارے خوف سے بات نہیں کررہا۔ میں تو صرف تمہیں مہم جوئی کا حوصلہ دے رہا ہوں۔ میں تمہارے خوف سے بات نہیں کررہا۔ جن لوگوں نے کوشش کی ہے' ان سب نے پایا ہے کہ حفاظت لامتناہی ہوتی ہے۔

تاہم میں نہیں جانتا کہ کائنات تمہیں جو تحفظ مہیا کرتی ہے تمہیں اسے سمجھتے بھی ہو کہ نہیں۔ تم جو تحفظ مانگ رہے ہو' وہ کائنات فراہم نہیں کرسکتی کیونکہ تم نہیں جانتے کہ تم کیا مانگ رہے ہو۔ صرف ایک لاش کی مکمل حفاظت ہوسکتی ہے۔ جو شے زندہ ہے' ہمیشہ خطرے میں ہوتی ہے۔ زندہ ہونا ایک مصیبت ہے۔ زیادہ زندہ — زیادہ مہم' زیادہ صعوبت' زیادہ خطرے۔

نطشے نے اپنے کمرے کی دیوار پر ایک مقولہ لکھا ہوا تھا: خطروں والی زندگی جیو۔ کسی نے اس سے پوچھا: ''آپ نے یہ کیوں لکھا ہوا ہے؟'' اس نے کہا: ''صرف اپنے آپ کو یاد دلانے کے لیے' کیونکہ میرا خوف بہت زیادہ ہے۔''

خطروں کی زندگی جیو کیونکہ جینے کا یہی واحد طریقہ ہے۔ کوئی اور طریقہ ہے ہی نہیں۔ غیر معلوم کی پکار ہمیشہ سنو اور حرکت میں رہو۔ کسی جگہ ٹھہرنے کی کوشش مت کرو۔ ٹھہر جانا موت ہے' یہ قبل از وقت موت ہوتی ہے۔

میں ایک بچی کی سالگرہ میں شریک تھا۔ وہاں بہت سے لوگ آئے ہوئے تھے جو ڈھیر سارے کھلونے لائے تھے۔ بچی بہت خوش تھی۔ اس کی سب سہیلیاں وہاں موجود تھیں اور رقص کر رہی تھیں۔ اچانک اس نے اپنی ماں سے پوچھا: ''امی' کیا ماضی میں اتنے خوب صورت دن ہوتے تھے' جب تم زندہ ہوا کرتی تھیں؟''

لوگ اپنی موت سے پہلے مر جاتے ہیں۔ لوگ تحفظ میں قیام کر لیتے ہیں' راحت میں' سکون میں' لوگ قبر جیسی ہستی میں قیام کر لیتے ہیں۔

میں تمہارے خوف سے بات نہیں کر رہا ہوں۔

''اگر میں خود کو آزاد چھوڑ دوں تو کیا ہستی میری حفاظت کرے گی؟'' اس نے ہمیشہ حفاظت کی ہے' اور میرا خیال ہے کہ وہ تمہارے ساتھ مختلف برتاؤ نہیں کرے گی۔ میرا خیال ہے کہ وہ استثنا نہیں ہو سکتی۔ وہ ہمیشہ ایسی ہی رہی ہے۔ اس نے ان لوگوں کی حفاظت کی' جنہوں نے خود کو اس پر چھوڑ دیا تھا' جنہوں نے خود کو اس کے حوالے کر دیا تھا' جنہوں نے اس کے لیے سپردگی اختیار کی تھی۔

فطرت پر عمل کرو۔ اپنی داخلی فطرت پر عمل کرو۔

میں نے ایک کہانی پڑھی تھی' جو مجھے بہت پسند آئی:

موسم بہار تھا۔ کولمبیا یونیورسٹی کیمپس کے لانوں میں تازہ تازہ بیج بوئے گئے تھے اور ''دور رہو'' کے بورڈ لگے ہوئے تھے۔ طلبہ نے وارننگ کو نظر انداز کر دیا' انہوں نے التجاؤں کو بھی نہیں مانا اور گھاس کو لتاڑتے رہے۔ مسئلہ بگڑ گیا' انتظامیہ معاملے کو جنرل آئزن ہاور تک لے گئی' جو اس زمانے میں یونیورسٹی کا صدر تھا۔

آئزن ہاور نے پوچھا: ''کیا تم نے نوٹس دیا تھا؟ کیا یہ بہتر نہیں تھا کہ طلبہ کے لیے' جہاں انہوں نے چلنا تھا' وہاں روشیں بنا دی جاتیں۔''

زندگی کو ایسا ہونا چاہیے۔ سڑکوں' روشوں' اصولوں کو پہلے سے متعین نہیں ہونا

چاہیے۔

خود کو آزاد چھوڑ دو۔ فطری طور پر بہو اور اسی کو اپنا راستہ بننے دو۔ چلو' اور یوں چلنے سے اپنا راستہ بناؤ۔ سپر ہائی ویز پر مت چلو۔ یہ مردہ ہیں۔ تمہیں ان پر کچھ نہیں ملے گا۔ ہر چیز کو پہلے ہی ہٹایا جا چکا ہے۔ اگر تم کسی سپر ہائی وے پر چلو گے تو فطرت سے دور ہو جاؤ گے۔ فطرت کسی راستے کو نہیں جانتی۔ یہ ایک ہزار ایک انداز' مگر سب بے ساختہ طریقوں سے بہتی ہے۔ جاؤ دیکھو...... ساحل پر بیٹھو اور سمندر کو دیکھو۔ لاکھوں لہریں امنڈتی ہیں' لیکن ہر لہر منفرد اور مختلف ہوتی ہے۔ تم دو ایک جیسی لہریں نہیں پا سکتے۔ وہ کسی سانچے میں نہیں ڈھلی ہوتیں۔

لوگ میرے پاس آ کر کہتے ہیں: ''ہمیں راستہ دکھاؤ۔'' میں انہیں کہتا ہوں ''ایسا مت کہو۔'' میں صرف تمہیں یہ بتا سکتا ہوں کہ چلنا کیسے ہے — میں تمہیں راستہ نہیں دکھا سکتا۔ فرق سمجھنے کی کوشش کرو: میں تمہیں صرف یہ بتا سکتا ہوں کہ چلنا کیسے ہے' اور کس طرح جرأت کے ساتھ چلنا ہے۔ میں تمہیں راستہ نہیں دکھا سکتا کیونکہ راستہ تو بزدلوں کے لیے ہوتا ہے۔ جو لوگ چلنا نہیں جانتے' وہ مفلوج ہوتے ہیں۔ ان کے لیے راستے ہوتے ہیں۔ جو لوگ چلنا جانتے ہیں' وہ دشت میں نکل جاتے ہیں' اور صرف چلنے سے اپنا راستہ تخلیق کر لیتے ہیں۔

ہر کوئی بھگوان تک اپنے راستے سے پہنچتا ہے۔ تم ہجوم کی صورت میں نہیں پہنچ سکتے۔ تم تنہا پہنچتے ہو' بالکل تنہا۔

بھگوان بے ساختہ ہے اور بے ساختگی سے محبت کرتا ہے۔ پس اگر تمہاری داخلی فطرت کہتی ہے کہ ساحل پر جاؤ اور سکون کرو تو پھر ایسا ہی کرو۔ میں تمہیں صرف تمہارا ہونا سکھاتا ہوں' اور کچھ نہیں۔ مجھے سمجھنا بہت مشکل ہے کیونکہ اپنے خوف کی وجہ سے تم چاہتے ہو کہ میں تمہیں زندگی کا ایک سانچہ دے دوں' ایک نظم' ایک اسلوب' ایک طرز حیات۔

میرے جیسے لوگوں کو ہمیشہ غلط سمجھا گیا ہے۔ لاؤ تزو' زرتشت' اپی کیورس کو ہمیشہ غلط سمجھا گیا ہے۔ انتہائی مذہبی لوگوں کو غیر مذہبی تصور کیا گیا ہے کیونکہ اگر کوئی حقیقتاً مذہبی ہے تو وہ تمہیں آزادی کا درس دے گا' محبت کا درس دے گا۔ وہ تمہیں قانون نہیں پڑھائے

گا' وہ تمہیں محبت پڑھائے گا۔ وہ تمہیں زندگی کا مردہ اسلوب نہیں سکھائے گا۔ وہ تمہیں انتشار سکھائے گا' انارکی سکھائے گا' کیونکہ ستارے صرف انتشار سے جنم لیتے ہیں۔ وہ تمہیں پڑھائے گا کہ مکمل طور پر آزاد کس طرح ہونا ہے۔

میں جانتا ہوں' خوف ہے۔ آزادی کا خوف ہے' وگرنہ دنیا میں اتنے زیادہ زنداں نہ ہوتے۔ لوگ ساری زندگی غیر مرئی زنداں میں قید رہتے ہیں — کیوں؟ میں نے صرف دو قسم کے زنداں دیکھے ہیں: چند لوگ دکھائی دینے والے قید خانوں میں رہتے ہیں اور باقی سب دکھائی نہ دینے والے قید خانوں میں جیتے ہیں۔ وہ اپنے زنداں اپنے ساتھ لیے پھرتے ہیں — ضمیر کے نام سے' اخلاق کے نام سے' روایت کے نام سے۔

غلامی کے ہزاروں نام ہیں۔ آزادی کا کوئی نام نہیں ہے۔ آزادی کی زیادہ قسمیں نہیں ہیں: آزادی تو ایک ہی ہے۔ کیا تم نے کبھی دیکھا ہے؟ سچ ایک ہے۔ جھوٹ لاکھوں ہیں۔ تم لاکھوں طریقوں سے جھوٹ بول سکتے ہو۔ تم سچ لاکھوں طریقوں سے نہیں بول سکتے۔ سچ سادہ ہوتا ہے: ایک طریقہ ہی کافی ہے۔ محبت ایک ہے' قانون لاکھوں ہیں۔ آزادی ایک ہے' قید خانے بے شمار ہیں۔

جب تک تم بہت چوکس نہیں ہوگے' تم آزادی کے ساتھ عمل نہیں کر سکو گے۔ زیادہ سے زیادہ تم قید خانہ بدل سکتے ہو۔ تم ایک قید خانے سے دوسرے قید خانے میں جا سکتے ہو' اور تم دونوں قید خانوں کے درمیان سیر سے لطف اندوز ہو سکتے ہو۔ دنیا میں یہی کچھ تو ہو رہا ہے۔ ایک کیتھولک کمیونسٹ بن جاتا ہے' ہندو عیسائی ہو جاتا ہے — اور وہ لطف اندوز ہوتے ہیں۔ ہاں' جب وہ اپنے قید خانے بدل رہے ہوتے ہیں تو تھوڑی سی آزادی کا احساس ہوتا ہے: ایک قید خانے سے دوسرے تک کی سیر۔ وہ بھلا محسوس کرتے ہیں۔

وہ ایک مختلف نام سے اسی دام میں ہوتے ہیں۔ تمام نظریات زنداں ہیں۔ میں تمہیں درس دیتا ہوں کہ ان سے محتاط رہو — میرے نظریے سمیت۔

☆☆☆

ابھی حال ہی میں مجھے چند ایک بار احساس ہوا کہ جیسے میں کششِ ثقل سے آزاد ہو چکا ہوں اور اُڑ سکتا ہوں' لیکن جب میں نے اپنے

جسم کے 150 پونڈ کے بچ کو دیکھا تو مجھ پر کوفت طاری ہوگئی۔ کیا یہ محض دیوانہ پن ہے......؟

نہیں۔ تم دو جہتوں کے ملاپ کا مقام ہو۔ ایک جہت زمین سے تعلق رکھتی ہے: کششِ ثقل کی جہت' جو تمہیں نیچے کو کھینچے رکھتی ہے — یہ تمہارے جسم کا 150 پونڈ کا بچ۔ دوسری جہت کا تعلق برکت سے ہے' یہ بھگوان کی جہت ہے' آزادی کی جہت ہے' جس میں تم اوپر اور اوپر اور اوپر جا سکتے ہو اور جس میں کوئی وزن شزن نہیں ہوتا۔

مراقبہ کرتے ہوئے' ایسا ہو جایا کرتا ہے۔ گہرے مراقبے میں کئی مرتبہ ایسا ہوتا ہے کہ تمہیں ایک دم یوں محسوس ہوتا ہے جیسے کششِ ثقل معدوم ہو گئی ہو' اب کوئی شے تمہیں نیچے کو کھینچے اور جکڑے ہوئے نہیں ہے' اب یہ فیصلہ کرنا تم پر ہے کہ اڑنا ہے یا نہیں' اب یہ تم پر ہے' اگر تم چاہو تو آسمان کی طرف اڑ جاؤ ...... اور سارا آسمان تمہارا ہے۔ لیکن جب تم اپنی آنکھیں کھولو گے تو دفعتاً جسم سامنے ہوگا' زمین ہوگی' کششِ ثقل ہوگی۔ جب تم آنکھیں بند کیے ہوتے ہو' مراقبہ کر رہے ہوتے ہو' تو تم اپنے جسم کو فراموش کر دیتے ہو۔ تم ایک مختلف جہت میں جا چکے ہوتے ہو' برکت کی جہت میں۔

ان دو باتوں کو سمجھ لینا ہوگا: کششِ ثقل وہ قانون ہے جو تمہیں نیچے کھینچتا ہے' برکت وہ قانون ہے' جو تمہیں اوپر کھینچتا ہے۔ سائنس نے ابھی تک اس دوسرے قانون کو دریافت نہیں کیا ہے' ہو سکتا ہے وہ اسے کبھی نہ دریافت کرے۔ تم نے وہ کہانی سنی ہے نا — خواہ ایسا ہوا تھا یا نہیں — نیوٹن باغ میں بیٹھا ہوا تھا کہ ایک سیب گرا۔ اس سیب کو نیچے گرتا دیکھ کر نیوٹن سوچنے لگا' ''سیب زمین پر ہی کیوں گرا؟ سیدھا زمین پر کیوں گرا؟ اِدھر اُدھر کیوں نہیں؟ یہ اوپر کیوں نہیں اڑنے لگا؟'' یوں کششِ ثقل کا قانون دریافت ہو گیا یعنی یہ کہ زمین کشش رکھتی ہے اور ہر شے کو اپنی طرف کھینچتی ہے۔

نیوٹن نے سیب کو نیچے گرتے دیکھا لیکن اس نے درخت کو اوپر جاتے نہیں دیکھا۔ میں جب بھی اس کہانی کو پڑھتا ہوں' ہمیشہ یہ محسوس کرتا ہوں کہ اس نے چھوٹے سے سیب کو تو زمین پر گرتے ہوئے دیکھ لیا لیکن درخت کو اوپر جاتے ہوئے نہیں دیکھا۔ تم

پتھر پھینکو تو وہ واپس نیچے گرتا ہے' درست' لیکن درخت اوپر سے اوپر جاتا ہے۔ کوئی شے درخت کو اوپر کھینچ رہی ہوتی ہے۔ پتھر مردہ ہوتا ہے' درخت زندہ۔ زندگی اوپر اور اوپر اور اوپر جایا کرتی ہے۔

انسان اس زمین پر اپنے شعور کی بلند ترین سطح پر پہنچ چکا ہے۔ جب تم دنیا کی طرف سے آنکھیں بند کرلیتے ہو' جب تم گہرے مراقباتی موڈ میں ہوتے ہو تو دفعتاً جسم غائب ہوجاتا ہے۔ تم زندگی کے داخلی درخت سے آگاہ ہوجاتے ہو' اور یہ بلند سے بلند تر ہورہا ہے' اور دفعتاً تم محسوس کرتے ہو کہ تم اڑ سکتے ہو۔

اس میں کچھ دیوانہ پن نہیں ہے۔ تاہم ایسی کوشش مت کرنا۔ کھڑکی سے چھلانگ لگا کر اڑنا شروع مت کردینا۔ تب یہ دیوانگی ہوگی۔ کچھ لوگوں نے آئی۔ ایس۔ ڈی یا مارجورین کے زیراثر تو ایسا کیا ہے۔ کسی نے بھی مراقبہ کے زیراثر ایسا نہیں کیا۔ مراقبہ کا یہی حسن ہے جبکہ منشیات کا خطرہ یہی تو ہے۔ بہت کم لوگوں کو کسی نشہ آور شے کے اثر میں یہ احساس ہوتا ہے کہ وہ اڑ سکتے ہیں۔ جسم فراموش ہوجاتا ہے — اور وہ اڑنے کی کوشش کرتے ہیں۔ نیویارک میں ایک لڑکی نے ایسا ہی کیا تھا۔ اس نے اڑنے کے لیے ایک عمارت کی چالیسویں منزل کی ایک کھڑکی سے باہر چھلانگ لگا دی تھی۔ تب نیوٹن عمل کرنا شروع کردیتا ہے۔ تب تم مزید درخت نہیں رہتے۔ تم پھل بن جاتے ہو۔ تب تم زمین پر گرتے ہو اور ٹوٹ جاتے ہو۔

منشیات کا ایک خطرہ یہ بھی ہے' کہ وہ تم پر کچھ خاص سچائیوں کو عیاں کرسکتی ہیں — تاہم تم آگاہ نہیں ہوتے ہو۔ تم کچھ بھی کرسکتے ہو۔ تم کوئی بھی خطرناک کام کرسکتے ہو۔ تاہم مراقبے میں ایسا کبھی نہیں ہوا' کیونکہ مراقبہ تمہیں بیک وقت دو چیزیں دیتا ہے: یہ تمہیں ایک نئی جہت اور ایک نئی آگاہی دیتا ہے۔ پس تم جانتے ہو کہ تم اڑ سکتے ہو' تاہم تم یہ بھی جانتے ہو کہ جسم موجود ہے۔ تم اب بھی دو جہتوں میں پھیلے ہوتے ہو۔

ایک دن ایک بہت موٹے آدمی نے ٹینس کے حوالے سے گفتگو
کرتے ہوئے مجھے کہا:
''میرا ذہن کہتا ہے' تیزی سے آگے دوڑو' دائیں طرف جھکو اور بال کو

زور دار ضرب لگا کر نیٹ سے پار پھینک دو۔''
میں نے پوچھا: ''اچھا' تو پھر کیا ہوتا ہے؟''
وہ بولا: ''پھر کیا ہوتا ہے؟'' وہ بہت اداس ہوگیا تھا۔ ''میرا جسم کہتا ہے — کون' میں؟''

یادرکھو' تم جسم اور شعور دونوں ہو۔ تم دو جہتوں میں پھیلے ہوئے ہو۔ تم زمین اور آسمان کے ملاپ کا مقام ہو' برکت اور کششِ ثقل کے ملنے کا مقام ہو۔ اس میں کچھ بھی دیوانہ پن نہیں ہے۔ یہ تو سچ ہے۔

اور بعض اوقات ایسا ممکن ہوتا ہے۔ ایسا ہو چکا ہے' اور بہتر یہ ہے کہ میں تمہیں اس سے آگاہ کردوں۔ بعض اوقات ایسا ممکن ہوتا ہے کہ تمہارا جسم حقیقتاً تھوڑا بلند ہوجاتا ہے۔ باویریا میں ایک عورت مراقبہ کرتے ہوئے زمین سے چار فٹ بلند ہوگئی تھی۔ اس کا سائنسی طور پر معائنہ کیا گیا اور پتا چلا کہ وہ کسی طرح کا دھوکا نہیں دے رہی۔ وہ چار پانچ منٹ تک زمین سے چار فٹ بلند رہی تھی۔ یہ یوگیوں کا قدیم ترین تجربہ ہے۔ ایسا شاذ ہی ہوتا ہے' تاہم ماضی میں بعض اوقات ایسا ہوچکا ہے۔ ایسا اب بھی بعض اوقات ہوجاتا ہے۔ ایسا کبھی تم میں سے کچھ کے ساتھ بھی ہوسکتا ہے۔

اگر برکت کی کشش بہت زیادہ ہوجائے اور توازن ختم ہوجائے تو ایسا ہوجاتا ہے۔ یہ کوئی بہت اچھی چیز نہیں ہے۔ ایسا کرنے کی کوشش مت کرنا اور اس کے بارے میں مت پوچھنا۔ یہ ایک عدم توازن ہے' اور زندگی کے لیے خطرناک۔ جب برکت کی کشش بہت زیادہ ہوجاتی ہے اور کششِ ثقل کم ہوجاتی ہے تو ایسا ہوجاتا ہے' جسم بلند ہوسکتا ہے۔ تب بھی ایسا مت سوچو کہ تم دیوانے ہو' اور یہ مت محسوس کرو کہ تم پر کوئی پاگل پن ایسی شے وارد ہورہی ہے۔

نیوٹن کا ملاً سچ نہیں ہے۔ نیوٹن سے بھی عظیم تر سچ موجود ہیں۔ کششِ ثقل بھی واحد جہت نہیں ہے' بہت سی اور بھی جہتیں ہیں۔

انسان ایک لامتناہی ہے' جبکہ ہم اس بات کو جزوی طور پر مانتے ہیں۔ پس جب

کبھی کسی دوسری جہت کی کوئی شے آتی ہے تو ہم محسوس کرنے لگتے ہیں کہ کوئی غلط کام ہو رہا ہے۔ درحقیقت مغرب میں جن لوگوں کو پاگل تصور کرتے ہوئے پاگل خانوں اور پاگلوں کے ہسپتالوں میں داخل کیا گیا ہے' وہ پاگل نہیں ہیں۔ ان میں سے بہت سے لوگ غیر معلوم کی جھلک دیکھ چکے ہیں' تاہم معاشرہ اس غیر معلوم کو قبول نہیں کرتا ہے' تسلیم نہیں کرتا ہے۔ جونہی کوئی شخص غیر معلوم کی کوئی جھلک دیکھتا ہے' اسے پاگل تصور کیا جانے لگتا ہے' کیونکہ وہ اجنبی بن جاتا ہے۔ ہم اس پر یقین نہیں کر سکتے۔

ہاں' ایسا کچھ پاگل پن میں بھی ہوتا ہے' اور ایسا کچھ سپر کانشس نیس میں بھی ہوتا ہے۔ چونکہ پاگل آدمی شعور کی نارمل سطح سے نیچے چلا جاتا ہے' اس لیے وہ اپنے ذہن پر کنٹرول کھو بیٹھتا ہے۔ کسی کا ذہن پر کنٹرول ختم ہو جائے تو وہ انجانی قوتوں کو مہیا ہو جاتا ہے۔ ایک یوگی سنیم حاصل کر لیتا ہے' یعنی اپنے شعور پر کنٹرول حاصل کر لیتا ہے۔ وہ نارمل سے بالا چلا جاتا ہے اور غیر معلوم اس کو مہیا ہو جاتا ہے۔ فرق صرف یہ ہے کہ پاگل انسان غیر معلوم کا شکار ہوتا ہے جبکہ یوگی غیر معلوم کا آقا ہوتا ہے۔ دونوں ایک ہی طرح سے باتیں کرنا شروع کر دیتے ہیں' اور تم غلط سمجھ بیٹھتے ہو۔

اپنے آپ کو دیوانہ مت سمجھو۔ یہ کیفیت درست ہے۔ تاہم اڑنے کی کوشش مت کرنا۔ اس کیفیت سے لطف اندوز ہوؤ۔ جب تم اسے دیوانہ پن سمجھنے لگتے ہو تو یہ کیفیت ختم ہو جاتی ہے اور اس کے ختم ہونے سے تمہارے مراقبے پر منفی اثر پڑے گا۔ اپنی آنکھیں بند کر لو' مراقبے میں جہاں جانا چاہتے ہو' جاؤ۔ آسمان میں اونچے سے اونچا اڑو' جلد ہی بہت سی مزید چیزیں تمہیں حاصل ہو جائیں گی— خوفزدہ مت ہونا۔ یہ عظیم ترین ایڈونچر ہے— چاند پر جانے سے بھی عظیم۔ اندرونی خلا کا خلاباز بننا عظیم ترین ایڈونچر ہوتا ہے۔

☆☆☆

آپ نے مجھے کہا ہے کہ اپنا بن جاؤ۔ میں اسے نہیں سمجھا۔ اگر میں
اپنے آپ کو جانتا نہیں ہوں تو میں کس طرح اپنا بن سکتا ہوں؟

خواہ تم جانتے ہو یا نہیں' تم اپنے سوا کچھ نہیں ہو سکتے۔ اپنا ہونے کے لیے علم کی ضرورت نہیں ہوتی ہے۔ گلاب کا پودا گلاب کا ہی پودا ہوتا ہے۔ ایسا نہیں ہے کہ اسے اپنے گلاب کا پودا ہونے کا علم ہو۔ چٹان چٹان ہی ہوتی ہے۔ ایسا نہیں ہے کہ اسے اپنے چٹان ہونے کا علم ہو۔ علم کی ضرورت نہیں ہوتی ہے۔ درحقیقت ایسا علم کی وجہ سے ہے کہ تم اپنے آپ کو ضائع کر رہے ہو۔

تم پوچھتے ہو' "آپ نے مجھے اپنا بننے کا کہا ہے۔ میں اسے نہیں سمجھا۔ اگر میں خود کو نہیں سمجھتا تو میں اپنا کیسے بن سکتا ہوں۔" علم مسئلہ پیدا کر رہا ہے۔ گلاب کے پودے کو دیکھو۔ وہ الجھن کا شکار نہیں ہے۔ وہ ہر روز گلاب کا پودا ہی رہتا ہے۔ ایک دن بھی ایسا نہیں ہوتا کہ وہ الجھن کا شکار ہوا ہو۔ وہ کسی صبح گیندے کا پودا نہیں بنتا۔ وہ گلاب کا پودا ہی رہتا ہے۔ بہرحال وہ الجھن کا شکار نہیں ہوتا۔

ہونے کے لیے علم ضروری نہیں ہے۔ درحقیقت تم علم کی وجہ سے اپنی ہستی کو ضائع کر رہے ہو۔ علم غیر ضروری طور پر مسئلہ پیدا کرتا ہے۔

میں انکل ڈڈلی نامی ایک شخص کا قصہ پڑھ رہا تھا:

انکل ڈڈلی کی 75ویں سالگرہ پر اس کے ایک ہواباز دوست نے پیشکش کی کہ وہ اسے ہوائی جہاز میں اس کے قصبے کی ہوائی سیر کرواتا ہے۔ انکل ڈڈلی نے اس کی پیشکش قبول کر لی۔

جب بیس منٹ کی اڑان کے بعد وہ زمین پر اترے تو اس کے دوست نے پوچھا: "کہو' ڈر تو نہیں لگا؟"

انکل ڈڈلی نے جواب دیا: "نہیں ایسا تو نہیں ہے' تاہم میں نے سارا وقت سیٹ پر اپنا پورا وزن نہیں ڈالا تھا۔"

جہاز میں چاہے تم نے اپنا پورا وزن سیٹ پر ڈالا ہو یا نہیں' وزن تو جہاز ہی نے اٹھایا ہوتا ہے۔ تم خود کو جانتے ہو یا نہیں' یہ اہم بات نہیں ہے۔ علم تمہیں الجھا رہا ہے۔ ذرا سوچو' اگر ہوائی جہاز میں انکل ڈڈلی کے ساتھ ایک چٹان بھی ہوتی تو وہ اپنا پورا وزن ڈال دیتی۔ اور تمہارا کیا خیال ہے انکل ڈڈلی کچھ کر سکتا ہے' کسی طور مدد کر سکتا ہے؟ کیا ایسا ہو سکتا

ہے کہ وہ اپنا پورا وزن ہوائی جہاز پر نہ ڈالے؟ وہ سارا وزن ڈالے ہوئے ہے' لیکن غیرضروری طور پر پریشان ہو رہا ہے۔ وہ آرام سے بیٹھ سکتا تھا' وہ چٹان کی طرح سکون سے بیٹھ سکتا تھا' لیکن چٹان علم نہیں رکھتی جبکہ انکل ڈڈلی علم رکھتا ہے۔

نوع انسان کا سارا مسئلہ ہی یہ ہے کہ انسان جانتا ہے' اور جاننے کی وجہ سے ہستی کو غیرضروری طور پر فراموش کردیا گیا ہے۔

مراقبہ یہ ہے کہ علم کو کس طرح ترک کرنا ہے۔ مراقبے کا مطلب ہے کہ دوبارہ لاعلم کس طرح بننا ہے۔ مراقبے کا مطلب ہے کہ دوبارہ بچہ کس طرح بننا ہے' گلاب کا پودا کس طرح بننا ہے' چٹان کس طرح بننا ہے۔ مراقبے کا مطلب ہے کس طرح بس ''ہونا'' ہے اور سوچنا نہیں ہے۔

جب میں تمہیں اپنا ہونے کا کہتا ہوں تو میرا مطلب ہوتا ہے کہ مراقبہ کرو۔ کوئی اور مت ہونے کی کوشش نہیں کرو۔ تم نہیں ہوسکتے! تم کوشش کرسکتے ہو' اور تم خود کو دھوکا دے سکتے ہو اور تم خود سے وعدہ کرسکتے ہو اور تم امید کرسکتے ہو کہ کسی روز تم کوئی اور شخص بن جاؤ گے' تاہم تم نہیں بن سکتے۔ یہ صرف اوہام ہیں' جن کا تم شکار رہتے ہو۔ یہ خواب ہیں۔ یہ کبھی حقیقت نہیں بنیں گے۔ خواہ تم کچھ بھی کرلو تم ہی رہو گے۔

سکون کیوں نہیں؟ انکل ڈڈلی اپنا پورا وزن ہوائی جہاز پر ڈال دو۔ سکون سے بیٹھو۔

سکون کے عالم میں دفعتاً تم اپنی ہستی سے لطف اندوز ہونے لگو گے' اور کوئی دوسرا شخص بننے کی کوشش ختم ہوجائے گی۔ یہ ہے تمہاری فکر — دوسرا شخص کیسے بنتا ہے' کسی دوسرے جیسا کس طرح ہونا ہے' گوتم بدھ جیسا کس طرح بننا ہے' پتانجلی جیسا کس طرح بننا ہے۔ تم صرف تم ہوسکتے ہو۔ اسے قبول کرو' اس میں لطف اندوز ہو۔ سکون سے رہو۔

زین گرو اپنے چیلوں سے کہا کرتے تھے: ''گوتم بدھ سے ہوشیار رہو۔ اگر وہ کہیں راستے میں تمہیں مل جائے تو اسے فوراً مار دو۔'' وہ کیا کہتے تھے؟ وہ کہتے تھے کہ نقال بننا ایک انسانی رجحان ہے۔ انگریزی میں ایک کتاب ہے' جس کا عنوان ہے: ''عیسیٰؑ کی نقالی''۔ اس سے پہلے اور اس کے بعد کبھی کسی کتاب کا عنوان اتنا بدصورت نہیں ہوا ہے۔

نقالی؟ تاہم ایک اعتبار سے یہ عنوان علامتی ہے۔ یہ نوع انسان کا سارا ذہن ظاہر کردیتا ہے۔ لوگ نقل کرنے کی کوشش کررہے ہیں' کوئی اور بننے کی کوشش کررہے ہیں۔

کوئی شخص عیسیٰؑ نہیں بن سکتا' اور درحقیقت اس کی ضرورت بھی نہیں ہے — اگر تم عیسیٰؑ بن گئے تو خداوند بور ہوجائے گا۔ وہ تو کسی نئے شخص کا خواہاں ہے' کسی اصل شخص کا۔ وہ تمہارا خواہاں ہے' اور وہ چاہتا ہے کہ تم صرف تم بن جاؤ۔

☆☆☆

جب آپ جست لگانے کا کہتے ہیں تو میں جست لگانا چاہتا ہوں' تاہم میں یہ بھی محسوس کرتا ہوں کہ میں کنارے پر نہیں ہوں' کہ جہاں سے میں جست لگا سکوں۔ میں کنارے پر کس طرح آسکتا ہوں؟ میں دیکھتا ہوں کہ آپ ہمیں جھنجھوڑ رہے ہیں' لیکن میں محسوس نہیں کرسکتا۔''

ہر شخص ہمیشہ کنارے پر ہوتا ہے' کیونکہ اگر تم جرأت مند ہو تو جست لگانا ہر لمحے ممکن ہے۔ ہر لمحہ تمہیں کنارہ مہیا کرتا ہے' اور جب تم پوچھتے ہو کہ کنارے پر کس طرح آنا ہے تو تم چالاکی کررہے ہوتے ہو۔ چالاک بننے کی کوشش مت کرو۔ تمہارا سوال ایک چال ہے' پس تم اپنے آپ کو دلاسا دے سکتے ہو کہ تم بزدل نہیں ہو' کیونکہ کنارہ موجود نہیں ہے' پس ''جست کہاں سے لگانی ہے؟'' لہٰذا پہلے کنارے کو پانا ہوگا — اور یہ کبھی نہیں ملے گا' کیونکہ یہ تو عین تمہارے سامنے ہے۔ خواہ تم کہیں بھی کھڑے ہو' تم ہمیشہ عین کنارے پر ہوتے ہو جہاں سے تم جست لگا سکتے ہو۔ تم نے ایک بڑا چالاکی بھرا سوال کیا ہے: مجھے کنارہ ڈھونڈنے کا درس دو۔

بس اپنے سامنے دیکھو۔ صرف دیکھو۔ تم کہاں ہو' اس سے کچھ فرق نہیں پڑتا۔

اور تم کہتے ہو: ''آپ ہمیں جھنجھوڑ رہے ہیں لیکن میں محسوس نہیں کرسکتا۔'' مسئلہ یہ نہیں ہے کہ تم سوئے ہوئے ہو۔ اگر تم سوئے ہوئے ہوتے تو تمہیں جھنجھوڑ کر جگانا آسان تھا۔ تم سوئے ہونے کا دکھاوا کررہے ہو۔ اس صورت میں تمہیں نیند سے جگانا ناممکن ہے۔

اگر تم سوئے ہوئے ہو تو تم کس طرح دیکھ سکتے ہو؟

آؤ میں تمہیں ایک قصہ سناؤں۔ یہ گرمیوں کی ایک سہ پہر کی بات ہے۔ باپ نے بچوں سے سیر پر چلنے کا وعدہ کیا تھا لیکن وہ جانا نہیں چاہتا تھا۔ وہ مہینوں سے چھٹی کے دن کا انتظار کر رہا تھا' تاکہ آرام کر سکے۔ اس نے اداکاری کی کہ وہ گہری نیند سو رہا ہے۔

بچوں نے اسے جگانے کی کوشش کی لیکن وہ کامیاب نہیں ہو سکے۔ انہوں نے اسے جگانے کی ہر تدبیر آزما لی۔ انہوں نے اسے ہلایا جلایا' اسے زور زور سے آوازیں دیں' تاہم کوئی نتیجہ برآمد نہیں ہوا سب کوششیں بے سود رہیں۔ حتیٰ کہ وہ ڈر گئے۔ کیا ہو گیا ہے؟ ادھر باپ سونے کی اداکاری کر رہا تھا۔ آخر کار اس کی چار سالہ بیٹی نے اس کا پپوٹا اٹھایا' اس کی آنکھ میں جھانکا اور کہا: ''یہ ابھی زندہ ہے۔''

اور میں جانتا ہوں کہ تم بھی زندہ ہو۔

اور تم بھی جانتے ہو کہ تم اداکاری کر رہے ہو۔

یہ تم پر ہے۔ تم کھیل کو جتنا پسند کرو لمبا کر سکتے ہو' کیونکہ اس کی قیمت تمہی نے چکانی ہے۔ میں اس سے پریشان نہیں ہوں۔ اگر تم اداکاری کرنا چاہتے ہو تو ٹھیک ہے۔ بالکل ٹھیک ہے۔ اداکاری کرو۔ تاہم میں دیکھ سکتا ہوں ...... میں دیکھ سکتا ہوں کہ تم سب سوئے ہوئے ہونے کی اداکاری کر رہے ہو' جگائے جانے سے خوفزدہ ہو' اپنی ہستی کا ادراک ہونے سے خوفزدہ ہو' حرکت کرنے سے خوفزدہ ہو۔

ذرا اس کے بیچ کو دیکھو۔ یہ مت پوچھو کہ تم کنارہ کس طرح پا سکتے ہو۔ تم کنارے پر ہی تو کھڑے ہو۔

چالاک بننے کی کوشش مت کرو' کیونکہ داخلی دنیا میں چالاک بننے کا مطلب احمق بننا ہے۔ داخلی دنیا میں احمق بننا چالاک بننا ہوتا ہے۔ داخلی دنیا میں علم والوں کی نسبت بے علم لوگ زیادہ تیزی سے کامیابی حاصل کرتے ہیں۔ داخلی دنیا میں لاعلم لوگ معصوم ہوتے ہیں کیونکہ لاعلمی خوب صورت ہے' لاعلمی بے انتہا خوبصورت اور معصوم ہے۔

میں جو کہہ رہا ہوں اسے سمجھو! میں جانتا ہوں کہ تم سن رہے ہو۔ میں تمہاری آنکھوں میں دیکھ سکتا ہوں: میں تمہارے پپوٹے کھول سکتا ہوں۔ میں ہر روز۔ یہی کرتا

ہوں' اور میں دیکھ سکتا ہوں کہ تم ہنوز یہیں ہو۔ تم مردہ نہیں ہو' تم سوئے ہوئے نہیں ہو۔ تم اداکاری کر رہے ہو کہ تم سوئے ہوئے ہو۔

یہ تم پر ہے۔ جب بھی تم نے اداکاری نہ کرنے کا فیصلہ کر لیا' میں تمہاری مدد کرنے کو حاضر ہوں گا۔ میں تمہیں تمہاری مرضی کے خلاف دھکیل نہیں سکتا۔ اس کی اجازت نہیں ہے۔ بھگوان اس کی اجازت نہیں دیتا' کیونکہ وہ تمہیں کامل آزادی دیتا ہے' اور کامل آزادی میں سب کچھ شامل ہے ــــ آوارہ پھرو' سوئے رہو' پاپ کرو' بھگوان کا انکار کرو' خودکشی کرو' اپنے آپ کو برباد کر لو۔ کامل آزادی میں سب کچھ شامل ہوتا ہے۔ بھگوان آزادی سے محبت کرتا ہے' کیونکہ بھگوان آزادی ہے۔

☆☆☆

اوشو! کمپیوٹر نے آپ کے بے شمار لفظ اکٹھے کر لیے ہیں' لیکن آپ کی مسکراہٹ ــــ وہ اسے نہیں سمجھ سکتا۔

یہ سوال کا نصف حصہ ہے۔ دوسرا نصف حصہ میں بعد میں پڑھوں گا۔ پہلے میں پہلے نصف حصے کا جواب دوں گا۔

مرحوم فرانسیسی صدر رینے کوٹی پیرس میں تجریدی مصوری کی ایک نمائش دیکھنے گیا ہوا تھا۔ اس سے پوچھا گیا کہ کیا وہ ان تصویروں کو سمجھ سکتا ہے؟

اس نے آہ بھرتے ہوئے کہا: ''مجھے ساری زندگی گزارنے کے بعد یہ سمجھ آیا ہے کہ ہر چیز کو سمجھنا ضروری نہیں ہے۔''

سوال کا دوسرا نصف حصہ:

کیا آپ ہمارے ساتھ خاموش رہ کر صرف مسکرائیں گے؟

تم اسے دیکھ نہیں سکتے۔ جس مسکراہٹ کو تم دیکھ سکو' وہ میری مسکراہٹ نہیں ہو گی' اور جو مسکراہٹ میری ہے' تم اسے دیکھ نہیں سکو گے' تم جس خاموشی کو سمجھو گے' وہ میری خاموشی نہیں ہو گی' اور جو میری خاموشی ہے' تم اسے سمجھ نہیں سکو گے' کیونکہ تم صرف اسی کو سمجھ سکتے ہو جس سے پہلے واقف ہو چکے ہو۔

حقیقت ہے — میں مسکرا سکتا ہوں' میں ہمہ وقت مسکرانے والا ہوں — لیکن اگر یہ میری مسکراہٹ ہے تو تم اسے دیکھ نہیں سکتے۔ جب میں تمہارے انداز سے مسکراتا ہوں تو تم سمجھتے ہو' لیکن پھر اس میں کوئی اثر نہیں ہوتا۔

میں تو ہمہ وقت خاموش رہتا ہوں۔ حد تو یہ ہے کہ میں جب بول رہا ہوتا ہوں' تو خاموش ہوتا ہوں کیونکہ گفتگو میری خاموشی کو متاثر نہیں کرتی ہے۔ اگر بولنے سے میری خاموشی متاثر ہوتی تو یہ قیمتی نہ ہوتی۔ میری خاموشی بہت بڑی ہے۔ یہ لفظوں کی حامل ہو سکتی ہے' یہ گفتگو کی حامل ہو سکتی ہے۔ میری خاموشی بہت بڑی ہے' یہ کسی شے سے متاثر نہیں ہوتی۔ میری خاموشی لفظوں سے خوفزدہ نہیں ہے۔

تم نے ایسے لوگ دیکھے ہوں گے جو خاموش ہوتے ہیں' وہ بات نہیں کرتے۔ ان کی خاموشی گفتگو کے "خلاف" معلوم دیتی ہے — اور جو خاموشی گفتگو کے خلاف ہوتی ہے' گفتگو ہی کا حصہ ہوتی ہے۔ یہ غیر موجودگی ہوتی ہے' یہ موجودگی نہیں ہوتی۔

میری خاموشی گفتگو کی غیر موجودگی نہیں ہے! میری خاموشی ایک موجودگی ہے۔ یہ تم سے بول سکتی ہے' یہ تمہیں گانا سنا سکتی ہے۔ میری خاموشی بے پناہ توانائی کی حامل ہے۔ یہ خلا نہیں ہے' یہ بھری ہوئی ہے۔



پانچواں باب

ہستی کے صفر

عظیم روسی ناول نگار لیوٹالسٹائی لکھتا ہے کہ ایک دن وہ جنگل میں سیر کر رہا تھا۔ چلتے چلتے وہ ایک ایسی جگہ پہنچ گیا' جہاں درخت موجود نہیں تھے اور ایک چھپکلی ایک پتھر پر بیٹھی دھوپ تاپ رہی تھی۔ ٹالسٹائی اس سے بولا: "تمہارا دل دھڑک رہا ہے۔ سورج چمک رہا ہے۔ تم خوش ہو۔" تھوڑے ہی وقفے کے بعد وہ بولا: "لیکن میں خوش نہیں ہوں۔"

چھپکلی کیوں خوش تھی' انسان کیوں خوش نہیں تھا؟ ساری مخلوقات خوش کیوں ہیں اور انسان کیوں نہیں ہے؟ ایسا کیوں ہے کہ سوائے انسان کے ہر شے اپنے اور کُل کے ساتھ خوبصورت آہنگ میں ہے؟ انسان ایک استثنا کیوں ہے؟ انسان کے ساتھ کیا بیتی ہے؟ اس پر کیا نحوست طاری ہے؟ اس کو جتنا گہرائی تک ممکن ہو' سمجھنا ہوگا' کیونکہ اسی فہم سے راستہ شروع ہوتا ہے' اسی فہم سے تم ایک تلاش کرنے والے بن جاتے ہو' اسی فہم سے تم مزید انسانی روگ کا حصہ نہیں رہتے۔ تم اس سے ماورا ہونے لگتے ہو۔

چھپکلی حال میں جیتی ہے۔ چھپکلی کو نہ ماضی کا احساس ہوتا ہے نہ مستقبل کا۔ چھپکلی تو لمحۂ موجود میں ہوتی ہے۔ لمحۂ موجود چھپکلی کے لیے کافی ہے' تاہم لمحۂ موجودہ انسان کے لیے کافی نہیں ہے' اور یہیں سے روگ ابھرتا ہے کیونکہ جب کبھی تم پاؤ گے' صرف ایک لمحہ پاؤ گے۔ تم کبھی دو لمحے ایک ساتھ نہیں پاؤ گے۔ جہاں کہیں تم ہو' ہمیشہ وہیں ہو گے' اور جب کبھی تمہیں آگاہی ہوگی' تم لمحۂ موجود میں آگاہ ہو گے۔ ماضی اب نہیں رہا' مستقبل ابھی نہیں ہے — اور ہم اس کو نظر انداز کر رہے ہیں جو ہنوز ناموجود مستقبل کے لیے ہے' اس

ماضی کے لیے ہے' جواب موجود نہیں ہے۔

پتھر پر بیٹھی چھپکلی ہونا مراقباتی ہونا ہے۔ ماضی کو ترک کردو' مستقبل کو ترک کردو۔ اس کا کیا مطلب ہے؟ اس کا مطلب ہے سوچنا ترک کردو کیونکہ تمام سوچیں یا تو ماضی سے تعلق رکھتی ہیں یا مستقبل سے۔ کوئی سوچ لمحۂ موجود کی نہیں ہوتی۔ سوچ کا کوئی زمانہ حال نہیں ہوتا۔ یہ ہمیشہ غیر حقیقی ہوتی ہے — یا حافظے کا حصہ یا تخیل کا۔ یہ کبھی حقیقی نہیں ہوتی۔ حقیقی (Real) کبھی سوچ نہیں ہوتا' حقیقی تو ایک واردات ہے۔ حقیقی تو ایک وجودی واردات ہے۔

تم حقیقی میں رقص کرسکتے ہو' تم حقیقی میں دھوپ تاپ سکتے ہو' تم حقیقی میں محبت کرسکتے ہو۔ تاہم تم اسے سوچ نہیں سکتے — کیونکہ سوچ کسی کے بارے میں ہوتی ہے اور اسی "بارے" میں سارا راز نہاں ہے۔ تم اسی "بارے" کے گرد گھومتے رہتے ہو اور کبھی منزل پر نہیں پہنچتے۔

مراقبے کا کُل مدعا چھپکلی بننا ہے' پتھر پر دھوپ تاپتے ہوئے' لمحۂ موجود میں موجود ہوتے ہوئے' کُل کا حصہ ہوتے ہوئے' مستقبل میں چھلانگ لگانے کی کوشش نہ کرتے ہوئے' ماضی کو لادے پھرنے کی کوشش نہ کرتے ہوئے۔ ماضی کے بوجھ سے آزاد' مستقبل سے لاپروا — تم دکھی کیونکر ہوسکتے ہو؟ ماضی کے بوجھ سے آزاد' مستقبل سے لاپروا لیوٹالسٹائی دکھی کس طرح ہوسکتا ہے؟ دکھ کہاں وجود رکھ سکتا ہے؟ یہ خود کو کہاں چھپا سکتا ہے؟ دفعتاً تم ایک یکسر مختلف جہت میں پھٹ پڑتے ہو' تم وقت سے ماورا ہوجاتے ہو اور ابدیت کا حصہ بن جاتے ہو۔

لیکن ہم کسی اٹکے ہوئے گراموفون کی طرح ہوتے ہیں' خود کو لامختتم حد تک دہراتے ہوئے۔

میں نے سنا ہے......

پارک میں دو لڑکیاں باتیں کررہی تھیں۔ ایک بہت دکھی نظر آتی تھی جبکہ دوسری اس کو دلاسے دے رہی تھی۔ اس نے اس کے منک کوٹ کے گرد بانہیں حمائل کرتے ہوئے پوچھا" "اینجلین! تمہیں کیا

پریشانی ہے؟"

اینجلین نے کندھے جھٹکے اور بولی: "اوہ' کچھ بھی نہیں' پندرہ دن پہلے بوڑھا مسٹر شارٹ مرگیا۔ کیا تمہیں یاد ہے وہ؟ وہ مجھ پر ہمیشہ بہت مہربان رہتا تھا۔ خیر وہ مرگیا اور میرے لیے 50000 ڈالر چھوڑ گیا۔ پھر پچھلے ہفتے بوڑھا مسٹر پلکن ہاؤس مرگیا اور میرے لیے 60000 ڈالر چھوڑ گیا — اور اس ہفتے" کچھ نہیں ہوا۔"

یہی پریشانی ہے — ہمیشہ متوقع' ہمیشہ مزید کے طلبگار۔ مزید کے اس مطالبے کا کوئی اختتام نہیں ہوسکتا۔ تم جو کچھ حاصل کرلو' تم ہمیشہ مزید کی طلب کرسکتے ہو اور ہمیشہ دکھی رہ سکتے ہو۔

غریب لوگ دکھی ہوتے ہیں' تم سمجھ سکتے ہو' تاہم امیر بھی دکھی ہوتے ہیں۔ جن لوگوں کے پاس ہے' وہ بھی دکھی ہیں' اور جن لوگوں کے پاس نہیں ہے' وہ بھی دکھی ہیں۔ بیمار لوگ تو دکھی ہیں' تاہم صحت مند بھی دکھی ہیں۔ دکھ نہ دولت سے ختم ہوتے ہیں' نہ صحت سے' نہ کسی اور شے سے۔ یہ ایک زیریں لہر کی طرح موجود رہتے ہیں۔

دکھ مزید کے مطالبے میں وجود رکھتا ہے' اور انسانی ذہن ہمیشہ مزید کا سوچ سکتا ہے۔ کیا تم ایسی صورت حال کا تصور کرسکتے ہو' جس میں تم مزید کا سوچ نہیں سکو؟ ناممکن۔ حد تو یہ ہے کہ سوَرگ کو بھی مزید بہتر بنایا جاسکتا ہے۔ کوئی شخص ایسی صورتحال کا تصور نہیں کرسکتا' جس میں تخیل رک جائے اور تم کسی مزید بہتر صورتحال کا سوچ نہیں سکو۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ تم کہیں بھی ہو' دکھی ہوگے۔ حد تو یہ ہے کہ سوَرگ بھی کافی نہیں ہوگی' پس سوَرگ میں چلے جاؤ تو یہ کافی نہیں ہوگی۔ تم جتنے دکھی یہاں ہو' وہاں بھی ہوگے۔ ہوسکتا ہے وہاں زیادہ دکھی ہو' کیونکہ یہاں کم از کم تم امید تو کرسکتے ہو — کہ وہاں سوَرگ ہے اور کسی نہ کسی روز تم اس میں جاؤ گے۔ اگر تم سوَرگ میں چلے جاؤ گے تو امید بھی مٹ ہوجائے گی۔

جیسے تم ہو' تم صرف نرک میں ہوسکتے ہو' کیونکہ نرک یا سوَرگ چیزوں کو دیکھنے کا انداز ہیں۔ یہ تو چیزوں کو دیکھنے کے رجحان ہیں۔

ایک چھپکلی سوَرگ میں ہوتی ہے اور لیوٹالسٹائی نرک میں ہوتا ہے۔ لیوٹالسٹائی جیسا انسان بھی! وہ عالمی شہرت یافتہ انسان تھا' اس سے زیادہ شہرت کا تم تصور بھی کر سکتے ہو۔ اس کا نام تاریخ کی کتابوں میں شامل ہوگا۔ اس کی کتابوں کو ہمیشہ پڑھا جائے گا۔ وہ ایک جینیئس تھا۔ تاہم تم اس سے زیادہ دکھی انسان کا تصور نہیں کر سکتے۔ وہ امیر آدمی تھا' روس کا ایک امیر ترین آدمی۔ وہ شاہی خاندان سے تعلق رکھتا تھا' وہ ایک شہزادہ تھا۔ اس نے ایک بہت حسین شہزادی سے شادی کی تھی' تاہم تم اس سے زیادہ دکھی انسان کا تصور بھی نہیں کر سکتے' وہ خودکشی کرنے کا مسلسل سوچتا رہتا تھا۔ وہ سوچنے لگا تھا کہ شاید وہ اس لیے دکھی ہے کہ بہت امیر ہے' چنانچہ اس نے غریبوں کی طرح جینا شروع کر دیا' کسانوں کی طرح۔ تاہم اس کا دکھ موجود رہا۔

اسے کیا پریشانی تھی؟ وہ عظیم تخیل کا مالک انسان تھا— ایک ناول نگار کو عظیم تخیل کا مالک ہونا پڑتا ہے۔ وہ حیران کن تخیل کا مالک انسان تھا' چنانچہ جو کچھ میسر ہوتا' ہمیشہ کم ہوتا۔ وہ جتنا زیادہ تصور کر سکتا تھا' اس سے بہتر بھی تصور کر سکتا تھا۔ یہی اس کا دکھ بن گیا تھا۔

اس بات کو یاد رکھو کہ اگر تم زندگی سے کسی شے کی توقع کر رہے ہو تو تمہیں کچھ بھی حاصل نہیں ہوگا۔ توقع مت کرو' اور یہ اپنی ساری حشمت کے ساتھ موجود ہوگی۔ توقع مت کرو' مانگو مت' اور یہ تم پر اپنے تمام تر معجزوں کے ساتھ برسے گی۔ اس کا سارا جادو یہیں ہے۔ بس اک ذرا انتظار کرو' سوچوں کے بغیر...... تاہم ایسا ناممکن لگتا ہے۔

کیا ایسا نہیں ہے کہ ایسے لمحے ہوتے ہیں جب تم سوچوں سے خالی ہوتے ہو۔ پتانجلی کہتا ہے ایسے لمحے ہوتے ہیں۔ وہ سب لوگ جو انسان کے داخل میں اتر چکے ہیں' وہ جانتے ہیں کہ وقفے موجود ہیں۔ تاہم تم انہیں نظر انداز کر رہے ہو' کیونکہ وہ وقفے حال میں ہوتے ہیں۔ تم ایک سوچ سے دوسری پر چھلانگ لگاتے ہو اور انہی کے درمیان وقفہ تھا۔ انہی کے درمیان سوَرگ تھی— تم ایک نرک سے دوسری نرک میں چھلانگ لگا دیتے ہو۔

سوَرگ درمیان میں ہے' تاہم تم درمیان میں نہیں ہو۔ تم ایک سوچ سے دوسری کی طرف چھلانگ لگا دیتے ہو۔ ہر سوچ تمہاری انا کو تقویت دیتی ہے' تمہیں ہونے میں مدد

دیتی ہے' تمہارا تعین کرتی ہے' تمہیں ایک سرحد دیتی ہے' ایک صورت' ایک تشخص دیتی ہے۔ تم دو سوچوں کے درمیانی وقفے کو نہیں دیکھتے کیونکہ اس وقفے کو دیکھنا اپنے اصل چہرے کو دیکھنا ہوتا ہے' جو کہ کوئی تشخص نہیں رکھتا۔ اس وقفے میں دیکھنا ابدیت میں دیکھنا ہے' جہاں تم کھو جاؤ گے۔

تم وقفے میں دیکھنے سے اتنے خوفزدہ ہو کہ تم اسے تقریباً ہمیشہ فراموش کیے رہتے ہو۔

دو سوچوں کے درمیان وقفہ ہوتا ہے' تاہم تم اسے نہیں دیکھتے ہو۔ تم ایک سوچ کو دیکھتے ہو' پھر تم دوسری سوچ کو دیکھنے لگتے ہو' پھر ایک اور سوچ کو...... صرف تھوڑا سا دیکھو۔ سوچیں ایک دوسری پر چڑھی ہوئی نہیں ہیں۔ ہر سوچ الگ ہوتی ہے۔ دو سوچوں کے درمیان لازماً ایک وقفہ ہوگا۔ ایک وقفہ ہوتا ہے' اور یہی وقفہ دروازہ ہے۔ اس دروازے سے تم دوبارہ ہستی میں داخل ہو جاؤ گے۔ اس دروازے سے ہی تو تم کو باغ سے نکالا گیا تھا۔ اس دروازے سے ہی تم باغ میں دوبارہ داخل ہوگے۔ تم دوبارہ پتھر پر بیٹھی دھوپ تاپتی چھپکلی بن جاؤ گے۔

میں نے سنا ہے......

ایک دفعہ کا ذکر ہے' ایک گھرانہ دیہات سے شہر گیا۔ ماں نے ننھے بوبی کو ٹریفک کے حوالے سے احتیاطی ہدایات دیں۔ ''جب تک کاریں نہ گزر جائیں' سڑک پار مت کرنا۔'' اس نے سیر شروع کرنے سے پہلے ننھے بوبی سے کہا۔ تقریباً ایک گھنٹے بعد وہ واپس آیا' اس کی آنکھیں آنسوؤں سے بھری ہوئی تھیں۔

''کیا ہوا؟'' ماں نے پریشان ہو کر پوچھا۔ ننھے نے کہا: ''میں نہیں جا سکتا۔ میں انتظار ہی کرتا رہا اور ایک بھی کار نہیں گزری۔''

اسے کہا گیا تھا کہ جب تک کاریں نہ گزریں' انتظار کرتا رہے' تاہم ایک بھی کار نہیں گزری۔ سڑک خالی تھی' اور وہ کاروں کا انتظار کر رہا تھا۔

تمہاری اندر کی صورتحال ایسی ہی ہے۔ سڑک ہمیشہ خالی ہوتی ہے' لیکن تم

کاروں کا' سوچوں کا انتظار کرتے رہتے ہو اور پھر تم بے حد پریشان ہو جاتے ہو۔ بے شمار سوچیں۔ وہ بڑھتی جاتی ہیں۔ وہ تم میں بار بار گونجتی ہیں' اور تم انہی کی طرف متوجہ رہتے ہو۔

اپنے زاویۂ نظر کو بدلو۔ اگر تم سوچوں کو دیکھتے ہو تو اپنے اندر ایک ذہن کو تخلیق کر لیتے ہو۔ اگر تم وقفوں کو دیکھتے ہو تو تم اپنے اندر مراقبہ تخلیق کر لیتے ہو۔ وقفوں کا جمع ہونا مراقبہ ہے' سوچوں کا جمع ہونا ذہن ہے۔ تمہاری ہستی کے یہ دو امکان ہیں یا تو تم ذہن کے وسیلے سے ہوتے ہو یا مراقبے کے وسیلے سے۔

وقفوں کو دیکھو۔ وہ پہلے سے موجود ہیں' فطری طور پر مہیا۔ مراقبہ کوئی ایسی شے نہیں جسے کوشش سے جنم دینا پڑتا ہے۔ یہ ذہن جتنا ہی موجود ہوتا ہے۔ درحقیقت ذہن سے زیادہ' کیونکہ ذہن صرف سطح ہے' لہریں ہے' جبکہ مراقبہ سمندر کی گہرائی ہے۔

بھگوان کو جتنا تم ڈھونڈ رہے ہو' اتنا ہی وہ بھی تمہیں ڈھونڈ رہا ہے۔ ہوسکتا ہے تم اسے شعوری طور پر نہ تلاش کر رہے ہو۔ ہوسکتا ہے تم اسے مختلف ناموں کے تحت ڈھونڈ رہے ہو۔ ہوسکتا ہے تم اسے ایک رحمت کی صورت میں ڈھونڈ رہے ہو۔ ہوسکتا ہے تم اسے خوشی کے روپ میں ڈھونڈ رہے ہو۔ ہوسکتا ہے تم اسے جذب کی شکل میں ڈھونڈ رہے ہو۔ ہوسکتا ہے تم اسے موسیقی کی صورت میں' محبت کی صورت میں ڈھونڈ رہے ہو۔ ہوسکتا ہے تم اسے مختلف طریقوں سے ڈھونڈ رہے ہو: تم اسے ڈھونڈ رہے — جانتے ہوئے' انجانے میں۔ تمہیں ایک بات سمجھنا ہوگی کہ وہ بھی تمہیں ڈھونڈ رہا ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ جب تک تلاش دونوں طرف سے نہ ہو تو ملاپ ممکن نہیں ہوتا۔

کُل بھی اسی طرح جزو کو تلاش کر رہا ہے' جس طرح جزو کُل کو تلاش کر رہا ہے۔ پھول جتنا سورج کو ڈھونڈ رہا ہے' اتنا ہی سورج بھی پھول کو ڈھونڈ رہا ہے۔ نہ صرف چھپکلی دھوپ تاپ رہی ہے' بلکہ سورج بھی چھپکلیا (Lizarding) رہا ہے۔ یہ ایک مربوط کُل ہے۔ اسے ہونا ہی ہے' بصورت دیگر اشیاء بکھر جائیں گی۔ یہ ایک ٹکڑا ہے' یہ ایک آہنگ ہے' یہ ایک رقص ہے۔ تمام اشارے' تمام حرکات ایک دوسری سے مربوط ہیں۔ انہیں ہونا ہی ہے' بصورت دیگر وہ بکھر جائیں گی اور ہستی مزید موجود نہیں رہے گی — یہ معدوم ہو جائے گی۔

آؤ میں تمہیں ایک کہانی کے ذریعے سمجھاتا ہوں۔ اس کہانی پر غور کرو۔

انسان جس وادی میں رہتا ہے اور خواب دیکھتا ہے اور سوچتا ہے لیکن صرف اضطراب پاتا ہے' اس وادی سے نکل کر پہاڑ پر چڑھ رہا ہے۔ وادی میں وہ خالی اور ناآسودہ رہا ہے' پس وہ سوچتا ہے کہ پہاڑ کی چوٹی پر بھگوان ہوگا۔ وادی میں وہ رہ چکا ہے۔ چوٹی دور پرے ہے' سورج میں چمکتی ہوئی بلاوے دے رہی ہے۔ دوری ہمیشہ تمہیں بلاتی ہے' دعوت دیتی ہے۔ نزدیک سے دیکھنا بہت مشکل ہے' دور سے نہ دیکھنا بھی بہت مشکل ہے' جو قریب ہے اس میں دلچسپی نہ لینا بہت مشکل ہے' جو دور ہے اس میں دلچسپی نہ لینا بھی بہت مشکل ہے۔ دوری میں بے پناہ کشش ہوتی ہے اور پہاڑ کی چوٹی تمہیں بلائے جاتی ہے۔

اور جب تم وادی میں خالی پن محسوس کرنے لگتے ہو تو لامحالہ تم سوچتے ہو کہ جسے تم تلاش کر رہے ہو' وہ وادی میں نہیں رہتا۔ وہ ضرور چوٹی پر رہتا ہوگا۔ ذہن کے لیے ایک انتہا سے دوسری انتہا کی طرف جانا فطری ہوتا ہے' وادی سے چوٹی کی طرف۔

انسان سوچتا ہے کہ پہاڑ کی چوٹی پر بھگوان ہے' نیچے وادی میں انسانی زندگی کے تفکرات اور پریشانیاں ہیں' محبت اور جنگ کی تمام دشواریاں ہیں۔ وادی میں تم اضطراب اکٹھا کرتے رہتے ہو' وادی میں تم گرد اکٹھی کرتے رہتے ہو' وادی میں تم رفتہ رفتہ مردہ بن جاتے ہو۔ وادی قبرستان جیسی دکھائی دیتی ہے۔ انسان اس سے نکلنا چاہتا ہے۔ انسان آزادی کا سوچنے لگتا ہے' موکش کا' وہ سوچنے لگتا ہے کہ وادی کی قید سے نجات کیسے پائی جائے — تعلقات سے' محبت سے کیسے چھٹکارا پایا جائے' حرص و ہوس سے' تشدد سے' جنگ سے کس طرح نجات پائی جائے' معاشرے سے کس طرح دامن چھڑایا جائے' معاشرہ جو تمہیں پریشانیاں دیتا ہے' جو درحقیقت تمہیں اضطراب اور کرب دیتا ہے۔

انسان سوچنے لگتا ہے' تاہم یہ ضرور ہوتا ہے۔ درحقیقت تم چوٹی پر نہیں جا رہے ہو' تم وادی سے دور جا رہے ہو۔ یہ چوٹی نہیں ہے جو تمہیں پکار رہی ہے۔ یہ وادی ہے جو تمہیں دھکیل رہی ہے۔ تمہیں اب بھی وادی دھکیل رہی ہے اور وادی سے دھکیلے جانے کی حالت میں تم کبھی آزاد نہیں ہو سکتے۔ ایسا نہیں ہے کہ تم خودمختاری سے جا رہے ہو۔ تم مجبوری میں جا رہے ہو۔ وادی ایک ایسی صورتحال تخلیق کر رہی ہے' جس میں تم مزید نہیں رہ سکتے۔ جینا

دوبھر ہوگیا ہے۔ ہر انسان کی زندگی میں ایک ایسا لمحہ آتا ہے کہ جب پیمانہ لبریز ہوجاتا ہے' اور انسان فرار ہونے لگتا ہے۔

انسان چوٹی کی طرف فرار ہونے لگتا ہے۔ اب کہانی کا سب سے اہم حصہ آتا ہے۔ دوسری طرف بھگوان پہاڑ سے نیچے آرہا ہے۔ کیونکہ وہ اپنی تنہائی سے اکتا چکا ہے۔

انسان ہجوم سے اکتا چکا ہے' بھگوان تنہائی سے۔

کیا تم نے کبھی دیکھا ہے؟ تم تنہائی میں زیادہ آسانی سے خوش ہوسکتے ہو۔ کسی کی موجودگی میں خوش ہونا بہت مشکل ہوتا ہے۔ ایک شخص بہت آسانی سے خوش ہوسکتا ہے' بہت سستے میں' اس کی کوئی قیمت نہیں بھرنا پڑتی۔ دو شخص اکٹھے ہوں تو خوش ہونا بہت مشکل ہوجاتا ہے۔ اب ناخوش ہونا آسان ہوجاتا ہے — بہت سستے میں' بغیر کوئی قیمت بھرے۔ اگر تین اشخاص اکٹھے ہوجائیں تو خوش ہونا ناممکن ہوجاتا ہے — خوشی کسی قیمت پر ممکن نہیں رہتی۔

انسان ہجوم سے اکتایا ہوا ہے' کہیں جانے کو راستہ ہی نہیں ہے' تم اپنے لیے کہیں کوئی جگہ نہیں پاسکتے۔ تم ہمیشہ سٹیج پر رہتے ہو' ہمیشہ اداکاری کرتے رہتے ہو — اور ہجوم کی نگاہیں تم پر جمی ہوتی ہیں۔ رفتہ رفتہ انسان اکتا جاتا ہے۔

تاہم بھگوان بھی اکتا چکا ہے۔ وہ تنہا ہے' خالص ہے' تاہم خالص پن بھی مستقل رہے تو اکتاہٹ میں مبتلا کردیتا ہے۔ بھگوان وادی کی طرف اتر رہا ہے۔ اس کی خواہش دنیا میں شامل ہونے کی ہے۔ انسان کی خواہش دنیا سے نکل بھاگنے کی ہے۔ انسان کی خواہش بھگوان بننا ہے اور بھگوان کی خواہش انسان بننا۔

روانگی کا بھی ایک سچ ہے اور واپسی کا بھی۔ انسان ہمیشہ جارہا ہوتا ہے' بھگوان ہمیشہ واپس آرہا ہوتا ہے۔ بصورت دیگر اگر بھگوان واپس نہ آرہا ہوتا تو تخلیق مدتوں پہلے رک چکی ہوتی۔ دائرہ ضروری ہے۔ گنگا سمندر میں گرتی رہتی ہے' سمندر بادل بنتا رہتا ہے اور ہمالیہ پر برستا رہتا ہے — واپس گنگا میں' اور گنگا بہتی رہتی ہے۔ گنگا ہمیشہ جارہی ہے اور سمندر ہمیشہ واپس آرہا ہے۔ انسان ہمیشہ بھگوان کو تلاش کرتا رہتا ہے' بھگوان ہمیشہ انسان کو تلاش کرتا رہتا ہے' یہ ایک پورا دائرہ ہے۔ اگر صرف انسان بھگوان کی طرف جارہا ہوتا

اور بھگوان نہ آرہا ہوتا تو دنیا مدتوں پہلے رک چلی ہوتی۔ یہ کسی بھی وقت رک جائے گی کیونکہ ایک دن تمام انسان واپس چلے جائیں گے اور بھگوان واپس نہیں آئے گا' دنیا معدوم ہوجائے گی۔

چوٹی وادی کے بغیر موجود نہیں ہوتی' اور بھگوان دنیا کے بغیر موجود نہیں ہوسکتا۔ دن رات کے بغیر موجود نہیں ہوسکتا اور زندگی کا تصور بھی موت کے بغیر ناممکن ہے۔

اس کو سمجھنا بہت دشوار ہے' کہ بھگوان مستقل واپسی ہے' انسان مستقل روانگی — انسان ایک مستقل ترک ہے' سنیاس ہے جبکہ بھگوان دنیا کی طرف مستقل واپسی ہے' ایک میلہ ہے۔

روانگی کا بھی ایک سچ ہے اور واپسی کا بھی۔ الگ الگ دونوں ادھورے ہیں' مل جائیں تو ''سچ'' ہیں' پورا سچ۔

دھرم روانگی ہے' یوں یہ ادھورا ہے۔ دھرم کو واپسی بھی ہونا چاہیے' تب یہ پورا ہوتا ہے۔ دھرم کو تمہیں یہ سکھانا چاہیے کہ تمہیں اپنے اندر کس طرح جانا ہے اور دھرم کو تمہیں یہ بھی سکھانا چاہیے کہ دوبارہ واپس کس طرح آنا چاہیے' کیونکہ وادی اور چوٹی کے درمیان کہیں انسان اور بھگوان مل جاتے ہیں۔ ممکن ہے کہ تم بھگوان کو نہ ملو...... بلکہ ہوسکتا ہے تم اسے تحقیر سے دیکھ کر آگے چلے جاؤ کہ وادی کی طرف لوٹنے والا بھگوان کیسے ہوسکتا ہے؟ ہوسکتا ہے تم خود کو زیادہ مقدس سمجھتے ہوئے اسے دیکھو۔

اس بات کو یاد رکھنا۔ جب کبھی بھگوان تمہیں ملے گا' تم اسے دنیا کی طرف واپس آتا ہوا پاؤ گے' جبکہ تم دنیا چھوڑ کر جارہے ہوگے۔ یہی وجہ ہے کہ تمہارے نام نہاد مہاتما' تمہارے نام نہاد سینٹ (Saints) بھگوان سے سدا لاعلم رہے ہیں۔ وہ تو بھگوان کے ایک بے جان تصور کے حوالے سے باتیں کرتے چلے جاتے ہیں' تاہم انہیں کبھی علم نہیں ہوتا کہ وہ ہمیشہ بھگوان کو کھو دیتے ہیں۔ راستے میں کہیں وہ تمہیں ملے گا' لیکن تم اسے نہیں دیکھو گے۔ وہ دنیا کو واپس جارہا ہوگا۔

جب وہ چوٹی پر پہنچیں گے تو اسے خالی پائیں گے۔ دنیا بہت بھری ہوئی ہے' چوٹی بہت خالی ہے۔ وہ وہاں بھی بھگوان کو نہیں پائیں گے' کیونکہ وہ ہمیشہ واپس آرہا ہوتا

ہے۔ وہ ہمیشہ آ رہا ہوتا ہے' وہ ہمیشہ تخلیق کر رہا ہوتا ہے۔ وہ کبھی رکتا نہیں ہے۔ تخلیق کا عمل لامختتم ہے۔ بھگوان کوئی ہستی نہیں ہے۔ وہ ایک عمل ہے' واپسی کا عمل۔

اگر تم اسے راستے میں مل سکتے ہو اور اسے پہچان سکتے ہو تو صرف تبھی امکان ہے۔ تب تم چوٹی پر جانے کا تصور ترک کر دو گے...... تم واپس آ جاؤ گے۔ تمام عظیم لوگ' جو جان چکے ہیں' پہلے دنیا سے نکل جاتے ہیں' پھر دنیا کو واپس آ جاتے ہیں' اپنے گلزار مراقبے کے ساتھ واپس بازار میں۔ وہ دنیا میں واپس آ چکے ہیں۔ وہ حقیقت کو سمجھ چکے ہیں۔ وہ کلیت اور تقدس کو سمجھ چکے ہیں۔ وہ اس نکتے کو سمجھ چکے ہیں کہ داخل اور خارج دو نہیں ہیں' مادہ اور ذہن دو نہیں ہیں۔ وہ ایک ہیں۔ ان میں سے تمام ثنویتیں نکل چکی ہیں۔ میں اسی کو ادویت کہتا ہوں یعنی ثنویت کا نہ ہونا — ویدانت کا حقیقی پیغام' یوگا کا حقیقی پیغام۔

دنیا سے اکتا جانا فطری بات ہے۔ آزادی کی تلاش فطری ہے۔ اس میں کوئی انوکھی بات نہیں ہے۔

> ملا نصر الدین نے اپنی شادی کی پچیسویں سالگرہ منائی۔ اس نے مجھے بھی مدعو کیا۔ میں نے دیکھا تو تقریب کے شرکاء میں میزبان کہیں نظر نہ آیا۔ آخر وہ مجھے اپنی لائبریری میں آتش دان میں بھڑکتی آگ کو تکتا ہوا برانڈی پیتا مل گیا۔ میں نے پوچھا: ''ملا! کیا بات ہے' اتنے اداس کیوں ہو؟''
>
> اس نے کہا: ''جب میری شادی کو پانچ برس ہو گئے تو میں نے اپنی بیوی کو قتل کرنے کا فیصلہ کیا۔ میں نے اپنے وکیل سے اس بارے میں مشورہ لیا تو اس نے کہا کہ اگر میں نے ایسا کیا تو پکڑا جاؤں گا اور پچیس سال قید کی سزا بھگتنا پڑے گی۔'' اتنا کہہ کر وہ خاموش ہو گیا۔ پھر اس نے شراب کا ایک طویل گھونٹ پیا' سرد آہ بھری اور بولا: ''آج میں آزاد ہوتا۔''

ایسا بہت فطری ہے۔ دنیا بہت زیادہ مصیبتوں سے بھری ہوئی ہے۔ یہ بے پناہ اضطراب پیدا کرتی ہے۔ یہ بہت ساری قیدیں تخلیق کرتی ہے۔ آزادی کی جستجو فطری ہوتی

ہے — یہ کوئی خاص بات نہیں ہے۔ یہ تب خاص بنتی ہے جب تم چوٹی سے واپس وادی میں آتے ہو' رقص کرتے ہوئے' نیا گیت گاتے ہوئے' مکمل طور پر نئی ہستی کے ساتھ — جب تم مکمل طور پر پاک ہو کر ناپاک دنیا میں آ جاتے ہو' بغیر کسی خوف کے' کیونکہ اب تم کو ناپاک نہیں کیا جا سکتا۔

جب تم اپنی مرضی سے زنداں میں واپس آتے ہو' جب تم ایک آزاد انسان کی حیثیت سے زنداں میں آتے ہو اور زنداں کو قبول کر لیتے ہو' اپنی کوٹھڑی میں لوٹ آتے ہو' تو زنداں زنداں نہیں رہتا کیونکہ آزادی کو قید نہیں کیا جا سکتا۔ صرف ایک غلام کو قید کیا جا سکتا ہے۔ آزاد انسان کو قید نہیں کیا جا سکتا — وہ زنداں میں رہتے ہوئے بھی آزاد رہ سکتا ہے۔

☆☆☆

سمادھی ایک ایسا لفظ ہے جس کا انگریزی میں ترجمہ کرنا بہت مشکل ہے۔ انگریزی میں اس کا کوئی مترادف نہیں ہے۔ تاہم یونانی میں اس کا مترادف موجود ہے — اینا ریکسیا۔ یونانی لفظ کا مطلب ہے خاموش' پرسکون' گہرے داخلی اطمینان والا۔ سمادھی کا مطلب بھی یہی ہے: نہایت مطمئن' اس قدر کہ اب کوئی شے پریشان نہیں کرتی ہے۔ ہستی سے اتنی گہری ہم آہنگی کہ اب کوئی مسئلہ نہیں رہا۔ کوئی دوسرا نہیں ہے جو پریشان کر سکے' دوسرا معدوم ہو چکا ہے۔ دوسرا تمہاری سوچوں کے ساتھ معدوم ہو چکا ہے۔ تمہاری سوچیں دوسرا ہیں۔ وقفوں میں سمادھی ہے۔ وقفوں میں سکون اور سکوت ہے۔

ایسا نہیں ہے کہ جب تم اس کیفیت کو پا لیتے ہو تو سوچنے سے قاصر ہو جاتے ہو۔ حقیقت میں ہوتا اس کے برعکس ہے۔ جب تم وقفے میں جیتے ہو تو تم پہلی مرتبہ سوچنے کے قابل ہوتے ہو۔ اس سے پہلے تم صرف شکار تھے' ایک سماجی ماحول کے شکار' ایک ہزار ایک سوچوں کے شکار — ایک بھی سوچ تمہاری اپنی نہیں تھی۔ سوچیں تھیں' لیکن تم سوچنے کے قابل نہیں تھے۔ سوچیں تم میں ایسے تھیں جیسے شام کے وقت پرندے درخت پر ہوتے ہیں۔ وہ تم میں داخل ہو چکی تھیں۔ وہ اوریجنل نہیں تھیں' وہ سب مستعار لی ہوئی تھیں۔

تم ایک مستعار لی ہوئی زندگی گزار رہے تھے۔ اسی لیے تم اداس تھے۔ اسی لیے

زندگی تم میں نہیں تھی۔ اسی لیے تم مردہ دکھائی دیتے تھے۔ اسی لیے کوئی خوشی نہیں تھی۔ ہر شے کو مستعار لی ہوئی سوچوں نے روکا ہوا تھا۔ تمہارا سارا بہاؤ رکا ہوا تھا۔ تم مستعار لی ہوئی سوچوں کی وجہ سے بہہ نہیں سکتے تھے۔ جب تم سمادھی کا ایک حصہ بنتے ہو' وقفوں کے ایک گہرے سکون کا' تو تم پہلی مرتبہ دیکھنے کے' سوچنے کے اہل ہوتے ہو — اب سوچیں تمہاری اپنی ہوتی ہیں۔ اب تم ایک اوریجنل خیال تخلیق کر سکتے ہو۔ تم ایک اوریجنل زندگی جینے کے اہل ہو گے' تازہ زندگی' صبح جیسی تازہ' صبح کی ہوا جیسی تازہ زندگی' تم تخلیقی بن جاؤ گے۔ سمادھی میں تم ایک تخلیق کار بن جاتے ہو۔

پاسکل کا ایک قول ہے کہ انسان کی بیشتر پریشانیوں کی وجہ یہ ہے کہ وہ اپنے کمرے میں خاموشی سے بیٹھ نہیں سکتا۔ یہ سچ ہے۔ اگر تم اپنے داخلی کمرے میں خاموشی سے بیٹھ سکو تو تمہاری تقریباً تمام پریشانیاں ختم ہو جائیں گی۔ تم اِدھر اُدھر بھاگ دوڑ کر پریشانیوں کو جنم دیتے ہو۔ تم اپنی سوچوں سے غیر ضروری طور پر جڑ کر انہیں جنم دیتے ہو — سوچیں' جو تمہاری نہیں ہوتیں۔ پریشانیوں کو تم خود پیدا کرتے ہو' کیونکہ تم سکون سے بیٹھ نہیں سکتے ہو۔

☆☆☆

سمادھی پرینام' داخلی کایا پلٹ' انتشار کے بتدریج ختم ہونے اور اس کے ساتھ ساتھ ارتکاز کے ابھرنے کی کیفیت ہوتی ہے۔

پتانجلی پہلے نرودھ پرینام یعنی دو سوچوں کے درمیانی وقفے کو دیکھنے کے حوالے سے بات کرتا ہے۔ اگر تم مسلسل دیکھتے رہو تو دھیرے دھیرے انتشار ختم ہو جاتا ہے۔ جیسے کسی پہاڑی ندی میں سے آدمی گزریں' بیل گاڑیاں گزریں تو ان کے گزرنے کی وجہ سے ندی' جو صرف چند لمحے پہلے صاف شفاف تھی' گندی ہو جاتی ہے۔ تاہم جب لوگ اور بیل گاڑیاں گزر چکے ہوتے ہیں' ندی بہتی رہتی ہے۔ رفتہ رفتہ گرد تہہ میں چلی جاتی ہے اور ندی دوبارہ صاف شفاف ہو جاتی ہے۔

جب تم وقفوں میں دیکھتے ہو' بیل گاڑیاں گزر جاتی ہیں یعنی تمہاری ہستی کو مکمل طور پر آلودہ کر دینے والی سوچوں کا ہجوم' رفتہ رفتہ چھٹ جاتا ہے تو تمہارے شعور کی داخلی

ندی صاف ہونے لگتی ہے۔ پتانجلی اسے سمادھی پرینام کہتا ہے' یعنی داخلی کایا پلٹ۔ ''یہ انتشار کا بتدریج ختم ہونا اور اس کے ساتھ ساتھ ارتکاز کا ابھرنا ہے۔'' اس کے دو حصے ہوتے ہیں۔ ایک طرف انتشار ختم ہوتا ہے' دوسری طرف ارتکاز ابھرتا ہے۔

جب تم سوچوں سے بہت زیادہ بھرے ہوئے ہوتے ہو' تو تم ایک شخص نہیں ہوتے ہو۔ تم ایک شعور نہیں ہوتے ہو' تم تقریباً ایک ہجوم ہوتے ہو۔ جب سوچیں ہوتی ہیں اور تم انہی سوچوں کو دیکھتے ہو' تب تم منقسم ہوتے ہو۔ جتنی تمہارے ذہن میں سوچیں ہوتی ہیں اتنے تمہارے حصے ہوتے ہیں۔ ہر سوچ تمہاری ہستی کو تقسیم کر دیتی ہے۔ تم کثیر نفسی بن جاتے ہو' تم یک نفسی نہیں رہتے۔ تم ایک نہیں ہوتے' تم بہت سے ہوتے' اس کی وجہ یہ ہے کہ ہر سوچ تمہارے ایک حصے کی حامل ہوتی ہے اور تمہیں تقسیم کر دیتی ہے — اور یہ سوچیں ہر طرف جاری ہوتی ہیں۔ تم تقریباً پاگل ہو جاتے ہو۔

ایک بوڑھا سکاٹش گائیڈ ایک نئے وزیر کو شکار کروانے لے جاتا ہے۔ شکار سے گھر واپس آ کر وہ آتش دان کے سامنے آرام کرسی پر بیٹھا ہوتا ہے۔ اس کی بیوی کہتی ہے: ''اینگس' لو گرم گرم چائے پیو۔'' چائے کا کپ اسے دے کر وہ پوچھتی ہے: ''بتاؤ کیا تمہارا نیا وزیر اچھا نشانے باز ہے؟''

بوڑھا سکاٹش اپنے پائپ کا کش لیتا ہے اور پھر کہتا ہے: ''اس کا نشانہ نہایت عمدہ ہے' تاہم میں خداوند کی شان پر حیران ہوں کہ وہ پرندوں کو اس کی گولیوں سے کس طرح بچا لیتا تھا۔''

تم نشانے کو خطا کر رہے ہو کیونکہ تم مرتکز نہیں ہو۔ تم جو کچھ چاہتے تھے' اسے گنوا چکے ہو کیونکہ تم مرتکز نہیں تھے۔ انسان کا سارا دکھ ہی یہ ہے کہ وہ بیک وقت بہت سی سمتوں میں دوڑ رہا ہے — قطعاً کوئی فیصلہ کیے بغیر' یہ جانے بغیر کہ کہاں جا رہا ہے' یہ جانے بغیر کہ وہ کیا کر رہا ہے۔

میں نے سنا ہے کہ:

دو سیاستدانوں کی ملاقات ماہر نفسیات کے کلینک کے دروازے پر

ہوگئی۔ ایک اندر جارہا تھا' دوسرا باہر آرہا تھا۔ اندر جانے والے سیاستدان نے پوچھا: ''تم آرہے ہو یا جارہے ہو؟''
باہر آنے والے سیاستدان نے کہا: ''اگر مجھے یہ پتا ہوتا تو کیا میں یہاں ہوتا؟''

کوئی نہیں جانتا کہ وہ آرہا ہے یا جارہا ہے۔ تم کہاں جارہے ہو؟ تم کیا ڈھونڈ رہے ہو؟

تم نشانے خطا کررہے ہو کیونکہ تمہارے ہدف تبدیل ہوتے جارہے ہیں۔ تمہارے اندر ایک ہزار ایک اہداف موجود ہیں' اور تم بھی ایک ہزار ایک ہو' ایک ہجوم — اہداف کے ایک ہجوم پر گولیاں برساتا ہوا ہجوم۔ ساری زندگی کھوکھلی ثابت ہوتی ہے۔

''سمادھی پرینام یعنی داخلی کایا پلٹ۔ انتشار کا بتدریج ختم ہونا اور ساتھ ہی ارتکاز کا ابھرنا ہے۔'' جونہی سوچیں غائب ہوتی ہیں' ارتکاز پیدا ہوتا ہے — سوچیں انتشار ہیں۔ تم ایک بن جاتے ہو۔ شعور کی ندی ایک سمت میں بہتی ہے۔ اب وہ ایک سمت کی حامل ہے۔ وہ پہنچ سکتی ہے۔ وہ آسودگی میں ڈھل سکتی ہے۔

☆☆☆

ایکاگرت پرینام' مرتکز کایا پلٹ۔ یہ ذہن کی ایسی حالت ہے' جس میں ایک سوچ کے بعد دوسری بالکل ویسی ہی سوچ آجاتی ہے۔

عمومی طور پر ایک سوچ چلی جاتی ہے اور اس کے بعد ایک بالکل مختلف سوچ آجاتی ہے۔ اداسی خوشی آجاتی ہے۔ خوشی جاتی ہے' اداسی آجاتی ہے۔ اضطراب جاتا ہے' غصہ آجاتا ہے' غصہ جاتا ہے' اداسی آجاتی ہے۔ تمہارے اردگرد کا موسم تبدیل ہوتا رہتا ہے اور موسم کے ساتھ ساتھ تم بھی تبدیل ہوتے رہتے ہو۔ ہر لمحے تمہاری ہستی کا رنگ مختلف ہوتا ہے۔ لہٰذا اس میں حیرت کی کوئی بات نہیں کہ تم خود کو نہیں جانتے — کون ہو تم؟ اس کی وجہ یہ ہے کہ صبح کے وقت تم غصے میں تھے' دوپہر کے وقت تک خوش تھے' سہ پہر میں اداس تھے اور شام ہوتے ہوتے اضطراب زدہ۔ تم نہیں جانتے کہ تم کون ہو۔ تم بہت زیادہ

بدلتے ہو کیونکہ تم پر سے جو رنگ گزرتا ہے' وہ چند لمحوں کے لیے تمہارا تشخص بن جاتا ہے۔

ایکاگرت پرینام تمہارے شعور کی ایسی حالت ہے جس میں یہ تبدیلی رک جاتی ہے۔ تم مرتکز ہوجاتے ہو۔ نیز صرف ایسا ہی نہیں ہوتا بلکہ اگر تم معاملات کی کسی صورت کو برقرار رکھنا چاہتے ہو تو تم اس پر بھی قادر ہوتے ہو۔ اگر تم خوش رہنا چاہتے ہو تو خوشی کی جگہ خوشی آتی ہے' اور آتی چلی جاتی ہے۔ اگر تم خوش رہنا چاہتے ہو تو خوش ہی رہتے ہو۔ اگر تم اداس رہنا چاہتے ہو تو اداس ہی رہتے ہو۔ اس کیفیت میں تم آقا ہوتے ہو۔ دوسری صورت میں ہر شے تبدیل ہوتی رہتی ہے۔

میں تمہارا مشاہدہ کرتا رہتا ہوں۔ یہ امر تقریباً ناقابل یقین ہے کہ تم کس طرح انتظام کرلیتے ہو۔ ایک دن ایک جوڑا مجھ سے ملنے آیا۔ انہوں نے کہا: ''ہم آپس میں بہت زیادہ محبت کرتے ہیں۔ ہمیں دعا دیجئے۔'' اگلے دن وہ دوبارہ آئے اور بولے: ''ہم میں لڑائی ہوگئی ہے۔ ہم الگ ہورہے ہیں۔'' سچ کیا ہے — محبت یا لڑائی؟ تمہارے بارے میں کچھ بھی سچ دکھائی نہیں دیتا۔ ہر شے تغیر پذیر دکھائی دیتی ہے۔ کوئی شے قائم نہیں دکھائی دیتی۔ کوئی شے تمہاری ہستی کا جزو دکھائی نہیں دیتی۔ ہر شے محض تمہارے سوچنے کے عمل کا حصہ دکھائی دیتی ہے — ایک سوچ ہو تو ایک رنگ' دوسری سوچ ہو تو دوسرا رنگ۔

ایک لڑکی کی قریب کی نظر بہت کمزور تھی لیکن وہ عینک نہیں لگاتی تھی۔ اس کی شادی ہوئی تو وہ اپنے شوہر کے ساتھ ہنی مون منانے نیاگرا آبشار چلی گئی۔ جب وہ واپس آئے تو اس کی ماں کی چیخ نکل گئی۔ وہ دوڑی دوڑی فون تک پہنچی اور ڈاکٹر کا نمبر ملا کر گھبرائے ہوئے انداز میں بولی: ''ڈاکٹر صاحب فوراً ہمارے گھر آئیے۔ آپ جانتے ہیں میری بیٹی کبھی عینک نہیں لگاتی۔ وہ ابھی ابھی ہنی مون سے واپس آئی ہے اور......''

ڈاکٹر نے اس کی بات کاٹتے ہوئے کہا: ''آنکھ کتنی بھی خراب ہو' ایمرجنسی نہیں ہوا کرتی' تم اسے میرے کلینک لے آؤ۔''

''لیکن ڈاکٹر صاحب!'' ماں نے کہا: ''بات یہ ہے کہ جس لڑکے کے

ساتھ وہ ہنی مون منانے گئی تھی' واپس آئی تو اس کی بجائے کوئی اور لڑکا اس کے ساتھ ہے۔''

ہر شخص کا یہی حال ہے۔ تم جس سے صبح محبت کرتے ہو' شام کو اسی سے نفرت کر رہے ہوتے ہو۔ تم جس سے صبح نفرت کرتے ہو' شام کو اسی سے محبت کر رہے ہوتے ہو۔ جو مرد یا عورت کل خوبصورت لگتا تھا آج وہی مرد یا عورت بدصورت ہو جاتا ہے۔

اور یہ ایک ایمرجنسی کیس ہے۔

تم یونہی گامزن رہتے ہو۔ تم پانی میں بہتی ہوئی لکڑی ہو۔ ہوا پانی کا رُخ بدلتی ہے تو تمہارا رُخ بھی بدل جاتا ہے۔ تم تو روح سے عاری ہو۔

گرجیف اپنے شاگردوں سے کہتا تھا: ''پہلے' ہوؤ' کیونکہ اس وقت تم نہیں ہو۔ اسے اپنی زندگی کا واحد مقصد بنا لو— ہونے کو۔'' کسی نے اس سے پوچھا: ''ہم محبت کس طرح کر سکتے ہیں؟'' اس نے کہا: ''فضول باتیں مت کرو۔ پہلے ہوؤ۔ کیونکہ جب تک تم ہو گے نہیں' تم محبت کس طرح کرو گے؟''

جب تک تم نہیں ہو گے' تم خوش کس طرح ہو گے؟ جب تک تم نہیں ہو گے' تم کوئی کام کیسے کرو گے؟ ہونا اولین تقاضا ہے' تب ہر شے ممکن ہو جاتی ہے۔ عیسیٰؑ کہتے ہیں: ''پہلے خداوند کی بادشاہت کو ڈھونڈو' پھر سب کچھ تمہیں مل جائے گا۔'' میں اس میں تھوڑی سی ترمیم کر کے کہتا ہوں' پہلے ہستی کی بادشاہت ڈھونڈو' پھر تمہیں سب کچھ مل جائے گا۔ عیسیٰؑ نے بھی یہی کہا تھا۔ پہلے ہوؤ' تب ہر شے ممکن ہے' تاہم اب میں تمہیں دیکھتا ہوں تو تم ہو۔ مہمان بہت سے ہیں' لیکن میزبان گم ہے۔ ایکاگرت پرینام۔ شعور کا ارتکاز بنیادی طور پر ضروری ہے تاکہ تمہاری ہستی ابھر سکے۔ انتشار میں ہونا ناممکن ہو۔

☆☆☆

پتانجلی کہتا ہے تمہارے اردگرد کی دنیا تبدیل ہو رہی ہے' جسم تبدیل ہو رہا ہے' حواس تبدیل ہو رہے ہیں' ذہن تبدیل ہو رہا ہے — ہر شے تبدیل ہو رہی ہے — اور اگر تم بھی تبدیل ہو رہے ہو تو پھر ابدی کو' غیر متغیر کو پانے کا کوئی امکان نہیں ہے۔ یہ بات سچ ہے۔

دنیا مسلسل تبدیل ہو رہی ہے۔ یہ ایک عمل ہے: یہ ہستی نہیں رکھتی۔ یہ ایک انتشار ہے۔ اسے ایسا ہی رہنے دو۔ دنیا میں صرف ایک چیز مستقل ہے اور وہ ہے تبدیلی۔ ہر شے تبدیل ہوتی ہے— سوائے تبدیلی کے۔ صرف تبدیلی مستقل کردار کے طور پر برقرار رہتی ہے۔

جسم تبدیل ہو رہا ہے' مسلسل' ہر لحہ۔ یہ ہر لمحے رواں ہے اور تبدیل ہو رہا ہے' وگرنہ تم بوڑھے کس طرح ہو گے' تم نوجوان کس طرح ہو گے' ایک بچہ نوجوان کس طرح ہو گا؟ کیا تم کہہ سکتے ہو کہ فلاں دن بچہ نوجوان ہو جائے گا؟ کیا تم کہہ سکتے ہو کہ فلاں دن نوجوان بوڑھا ہو جائے گا؟ مشکل ہے۔ درحقیقت ماہرین نفسیات سے پوچھو تو وہ اب بھی واضح نہیں ہیں کہ انسان کس لمحے زندہ ہوتا ہے اور کب مردہ۔ فیصلہ کرنا ناممکن ہے۔ زندگی ایک عمل ہے اس لیے موت کی تعریف واضح نہیں ہے۔ جب تم مر چکے ہوتے ہو اور تمہارے دوست تمہیں چھوڑ چکے ہوتے ہیں' تب چند عمل جاری رہتے ہیں — ناخن بڑھتے رہتے ہیں' بال بڑھتے رہتے ہیں۔ ایسا لگتا ہے کہ تمہارا ایک حصہ اب بھی زندہ ہے اور کام کر رہا ہے۔

کب کوئی شخص مرتا ہے' یہ اب بھی غیر واضح ہے۔ درحقیقت موت اور زندگی کی تعریف متعین نہیں کی جا سکتی۔ جسم تبدیل ہو رہا ہے۔ ذہن تبدیل ہو رہا ہے — ذہن ہر لمحے تبدیل ہو رہا ہے۔ اگر تم تبدیل ہوتی دنیا میں اپنی ہستی کی ان تبدیلیوں کے ساتھ بھگوان' سچ اور برکت کو ڈھونڈو گے تو تم چکرا جاؤ گے۔ اندر کو جاؤ۔ وقفوں میں جاؤ' جہاں نہ دنیا ہے نہ جسم نہ ذہن۔ وہاں پہلی مرتبہ تم ابدیت کے روبرو ہو گے' جس کا نہ آغاز ہے' نہ انجام' جو تبدیل نہیں ہوتی۔

☆☆☆

پتانجلی کہتا ہے کہ پھول مرجھایا ہوا ہو یا کھلا ہوا' اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا۔ جب پھول کھلا ہوا ہوتا ہے' تب وہ مرجھا رہا ہوتا ہے۔ جب پھول مرجھایا ہوا ہوتا ہے' تب وہ دوبارہ کھلنے کے لیے کوشاں ہوتا ہے۔ تخلیق کا عمل فنا اور تخلیق کے ذریعے جاری رہتا ہے۔ پتانجلی اسے پراکرتی کہتا ہے۔ اس لفظ کا بھی انگریزی میں ترجمہ نہیں کیا جا سکتا۔ یہ صرف تخلیق نہیں بلکہ فنا اور تخلیق کے عمل کو ظاہر کرتا ہے۔ ہر شے رونما ہوتی ہے اور معدوم

ہوجاتی ہے۔ یہی پراکرتی ہے۔ گرمیاں آتی ہیں اور چلی جاتی ہیں۔ سردیاں آتی ہیں اور چلی جاتی ہیں۔ یہ سلسلہ جاری رہتا ہے۔ پھول کھلتے ہیں' مرجھا جاتے ہیں۔ بادل آتے ہیں' چلے جاتے ہیں۔ دنیا دائرے میں چلتی رہتی ہے۔

چیزوں کی دو حالتیں ہوتی ہیں: ظہور اور غیاب۔ تم ان سے ماورا ہو۔ تم نہ ظہور ہو نہ غیاب۔ تم دیکھنے والے ہو۔ نرودھ پرینام کے ذریعے' دو سوچوں کے درمیانی وقفے کے ذریعے تم اس کی پہلی جھلک دیکھتے ہو۔ پھر تم ان وقفوں کو جمع کرتے رہتے ہو' ان کا ڈھیر لگاتے رہتے ہو۔ ہمیشہ یاد رکھنا' جہاں دو وقفے آتے ہیں' ایک ہو جاتے ہیں۔ دو وقفے دو نہیں ہو سکتے۔ وہ دو چیزوں جیسے نہیں ہوتے' وہ دو خلا ہوتے ہیں۔ وہ دو نہیں ہو سکتے۔ تم دو صفروں کو قریب لاتے ہو' وہ ایک بن جاتے ہیں۔ وہ ایک دوسرے میں چھلانگ لگا دیتے ہیں' کیونکہ دو صفر دو صفر نہیں ہو سکتے۔ صفر ہمیشہ ایک ہوتا ہے۔ تم ایک ہزار ایک صفروں کو گھر لے آؤ— وہ ایک دوسرے میں چھلانگ لگائیں گے اور ایک ہوجائیں گے۔

پس ان وقفوں کا' ہستی کے صفروں کا ڈھیر لگاتے رہو' رفتہ رفتہ نرودھ سمادھی بن جائے گی۔ سمادھی میں انتشار ختم ہوجاتا ہے اور تمہاری ہستی میں ارتکاز ابھر آتا ہے۔ یہ فنا اور تخلیق کے کھیل سے ماورا کی جھلک ہوتی ہے' یہ پراکرتی سے ماورا تمہاری جھلک ہوتی ہے۔ تم دیکھنے والے بن جاتے ہو۔

تمہاری ہستی دیکھنے والی ہے۔

اور اس کو حاصل کرنا ہی یوگا کا کُل مقصد ہے۔

یوگا کا مطلب ہے: وحدت سے پراسرار ملاپ' اور اگر تم اپنے ساتھ مل کر ایک ہوگئے ہو تو دفعتاً تمہیں ادراک ہوگا کہ تم کُل میں مل کر ایک ہوگئے ہو۔ یہی یکجائی لفظ یوگا کا مطلب ہے۔ یوگا کا مطلب ہے ایک بننا۔



چھٹا باب

ایک جیسے سوال

میں ہمیشہ تقریباً ایک جیسے ہی سوال کیوں پوچھتی ہوں؟

اس کی وجہ یہ ہے ذہن خود تکرار ہے۔ ذہن کبھی اوریجنل نہیں ہوتا۔ یہ ہو بھی نہیں سکتا' یہ فطری طور پر ایسا ہے۔ ذہن ایک مستعار شے ہے۔ یہ کبھی نیا نہیں ہوتا' یہ ہمیشہ پرانا ہوتا ہے۔ ذہن کا مطلب ہے ماضی — یہ ہمیشہ فرسودہ ہوتا ہے۔ رفتہ رفتہ ذہن ایک پیٹرن' ایک عادت' ایک میکانزم بن جاتا ہے۔ تب تم اس میں بڑے ماہر بن جاتے ہو۔ تب تم ایک ہی معمول کے مطابق رواں رہتے ہو۔

تم اس لیے یکساں سوال پوچھتی ہو کہ تم یکساں ذہن کی حامل ہو۔

جب تک تم نئی نہیں ہوتیں' تمہارے سوال بھی نئے نہیں ہوں گے۔ جب تک تم پرانے ذہن کو مکمل طور پر ترک نہیں کرو گی' تم میں نئے سوال نہیں ابھریں گے۔ نیا سوال اس لیے تمہارے اندر نہیں ابھرتا کیونکہ تم میں جگہ ہی نہیں ہے' تم پہلے ہی پرانے سے بھری ہوئی ہو۔ ذہن اپنے آپ کو دہرانے کا پکا عادی ہے۔ ذہن بہت اڑیل ہوتا ہے۔ حتیٰ کہ یہ تبدیلی کی اداکاری بھی کرے تو تبدیلی حقیقی نہیں ہوتی — صرف ایک نمائش' صرف پرانی صورت کی تزئین کاری۔ ہوسکتا ہے زبان تبدیل ہو جائے' انداز تبدیل ہو جائے' تاہم گہرا سوال وہی کا وہی رہتا ہے...... اور ذہن برقرار رہتا ہے۔

تمہیں اس کو دیکھنا ہوگا۔ یہ اچھا سوال ہے۔ کم از کم یہ سوال پرانا نہیں ہے۔

یہ سوال سورج نے کیا ہے۔ وہ پہلے بھی سوال پوچھتی رہی ہے' جبکہ میں نے اسے کبھی جواب نہیں دیا' تاہم آج میں نے جواب دینے کا فیصلہ کیا' کیونکہ یہ ایک نئی جھلک ہے کہ وہ ایک بات سمجھ چکی ہے کہ وہ پرانی بات کو دہرائے چلی جارہی تھی۔ یہ فہم نئی ہے۔ ایک نئی صبح اسکے ذہن میں طلوع ہو چکی ہے۔ اس کا شعور ایک خاص طرح کے پرانے سانچے کے حوالے سے چوکس ہو گیا۔

اس آگہی کو مدد دو' اس کے ساتھ تعاون کرو۔ رفتہ رفتہ تم اپنے اندر دو جہتیں دیکھنے لگو گی: ذہن کی جہت — پرانا' ماضی۔ شعور کی جہت — ہمیشہ تازہ اور ہمیشہ نیا' ہمیشہ اور جنگل۔

میں تمہیں ایک قصہ سناتا ہوں:

سڑک پر ایک آدمی جوش کے ساتھ دوڑتا ہوا دوسرے آدمی کی طرف بڑھا اور اس کی کمر پر دھپ مارتے ہوئے بولا: "پال پورٹر! تمہیں دیکھ کر بہت خوشی ہوئی! لیکن یار تمہارے ساتھ کیا ہوگیا ہے۔ پچھلی مرتبہ جب ملے تھے تو موٹے اور پست قد تھے۔ اچانک تم دبلے اور لمبے کیسے ہو گئے؟"

پریشان شخص نے جواب دیا: "ارے بھائی میں پال پورٹر نہیں ہوں۔"

"آہا! تو تم نے اپنا نام بھی بدل لیا ہے۔" پہلے والا شخص قدرے طنز سے بولا۔

ذہن کی ایک پکی عادت ہے کہ وہ اپنے اوپر یقین کیے چلا جاتا ہے — حد تو یہ ہے کہ تمام حقائق کے برخلاف بھی۔ حد تو یہ ہے کہ اگر تمہارا فرسودہ ذہن تمہیں دکھ اور دوزخ کے عذاب دیئے چلا جارہا ہو تو پھر بھی تم اس پر یقین کیے چلے جاتے ہو۔

لوگ کہتے ہیں' یہ یقین کا زمانہ ہے۔ مجھے تو ایسا نظر نہیں آتا۔ ذہن پر وہی فرسودہ ایقان برقرار چلا آتا ہے۔ کوئی شخص ہندو ہے۔ وہ ہندومت میں اس لیے یقین رکھتا ہے کہ اس کے ذہن کی ڈھلائی (Conditioning) ہی ہندو کے طور پر کی گئی ہے۔ کوئی شخص

عیسائی ہے۔ وہ عیسائیت میں اس لیے یقین رکھتا ہے کہ اس کے ذہن کی ڈھلائی ایک عیسائی کے طور پر کی گئی ہے۔ کوئی شخص کمیونسٹ ہے' وہ کمیونزم پر یقین کیے چلا جاتا ہے کیونکہ اس کے ذہن کی ڈھلائی کمیونسٹ کے طور پر ہوئی ہے۔ تینوں ایک ہیں۔ وہ مختلف نہیں ہیں۔ ہوسکتا ہے ان کے نام اور لیبل مختلف ہوں' تاہم ان کے ساتھ ایک ہی عمل ہوا ہے' وہ سب ڈھالے گئے ہیں اور وہ ذہن سے چپکے ہوئے ہیں اور سب ذہن میں یقین رکھتے ہیں۔

میں ایسے شخص کو مذہبی کہتا ہوں' جو ذہن کو رد کردیتا ہے۔ میں ایسے شخص کو مذہبی کہتا ہوں' جو ایک خاص سانچے میں ڈھالے جانے کے ہر عمل کو رد کردیتا ہے' جو ذہن سے چمٹنا چھوڑ دیتا ہے' جو شعور کی طرف بڑھنا شروع کردیتا ہے' جو اس ڈھلائی کے عمل سے زیادہ سے زیادہ آگاہ ہوتا جاتا ہے۔ عین اسی آگاہی کے ذریعے ہی انسان تمام ڈھلائیوں سے بچ جاتا ہے — اور یہاں یہی واحد آزادی ہے۔ باقی سب کچرا ہے۔ آزادی کی تمام باتیں — سیاسی' معاشی' معاشرتی آزادی کی باتیں — سب کچرا ہیں۔ آزادی صرف ایک ہے اور یہ آزادی ہے ڈھلائیوں سے آزادی' ذہن سے آزادی' چوکس ہوتے ہوئے' آگاہ ہوتے ہوئے' متوجہ ہوتے ہوئے اور ایک نئی جہت میں سفر کرتے ہوئے۔ شاباش' سورج! تم آگاہ ہو چکی ہو کہ تمہارے سوال ایک ہی بات کو دہرا رہے تھے۔ اسی لیے میں ان کے جواب نہیں دیتا تھا۔ جواب دینا بے فائدہ ہوتا کیونکہ جب ذہن اپنی پرانی عادت سے پکا رہتا ہے تو وہ کچھ نہیں سنتا ہے۔

ہمیشہ نئے کو پانے کی کوشش کرو' تازہ کو' جوان کو — اس کو جو ابھی پیدا ہوا ہو۔ اسے پرانا ہونے سے پہلے گرفت کرلو' اس کے ایک خاص سانچہ بننے سے پہلے اس میں گھل مل جاؤ۔ اپنی زندگی کو ایک ڈھلی ڈھلائی شے کبھی مت بناؤ۔ اسے ایک بہاؤ رہنے دو' غیر منجمد' سیال' ہمیشہ غیر معلوم کی طرف رواں۔

ذہن کا مطلب ہے معلوم' جانا ہوا۔ جبکہ تم غیر معلوم ہو۔ اگر تم اس بات کو سمجھ گئیں تو تم ذہن کو استعمال کیا کرو گی' ذہن تمہیں استعمال نہیں کرے گا۔

☆☆☆

بہت سے لوگ ایسے ہیں' جو آپ کی باتوں میں بہت سے تضادات دیکھتے ہیں۔ آپ نے ایک مرتبہ وضاحت بھی کی تھی کہ ایسا کیوں ہے۔ تاہم اس لمحے تک مجھے تو ایک بھی تضاد نظر نہیں آیا۔ حد تو یہ ہے کہ تب بھی نہیں' جب واضح طور پر کوئی تضاد ہونا چاہیے تھا۔ میں تو نہیں دیکھ سکتا' خواہ میں کوشش بھی کروں۔ کیا مجھ میں کوئی خرابی ہے؟ پلیز وضاحت کر دیجیے۔

نہیں' تم میں کوئی خرابی نہیں ہے۔ خرابی دوسروں میں ہے' جو تضادات دیکھتے رہتے ہیں۔ ایسے لوگ اکثریت میں ہیں۔ تم تنہا ہو گے' لیکن اکثریت کی قوت سے مرعوب نہ ہونا۔ اکثریت سے مغلوب نہ ہونا۔ تنہا ہی رہنا۔ سچ کبھی ہجوم کا نہیں ہوتا' یہ ہمیشہ فرد کا ہوتا ہے۔ سچ بہت سوں کا نہیں ہوتا' یہ ہمیشہ چند ایک کا ہوتا ہے' شاذ کا ہوتا ہے۔ اس فرق کو لازماً سمجھنا ہوگا۔

سائنسی سچ منفرد نہیں ہوتا۔ درحقیقت سائنسی سچ منفرد کی روک ہوتا ہے۔ یہ صرف دہرائے والے کی سنتا ہے۔ سائنس مسلسل کہتی ہے کہ جب تک کسی تجربے کو دہرایا نہیں جا سکتا' اس پر یقین نہیں کیا جا سکتا۔ جب کسی تجربے کو ایک ہزار ایک مرتبہ دہرایا جائے اور وہ ایک ہی نتیجہ دے تو پھر شہادت ملتی ہے کہ وہ سچ ہے۔

مذہبی سچ منفرد ہوتا ہے۔ گوتم بدھ کو دہرایا نہیں جا سکتا' عیسیٰؑ کو دہرایا نہیں جا سکتا۔ وہ بس ایک بار آتے ہیں اور چلے جاتے ہیں۔ انہیں دہرانے کا کوئی طریقہ نہیں ہے۔ چونکہ سائنس صرف ایسی شے میں یقین رکھتی ہے جو مکینیکل تکرار بن جائے' اس لیے وہ مسلسل ان کا انکار کرتی ہے۔ اگر گوتم بدھ کو آرڈر پر تیار کروایا جا سکے — فورڈ کاروں کی طرح — تو پھر سائنس یقین کر سکتی ہے۔ تاہم ایسا ممکن نہیں ہے۔ مذہب منفرد کی اقلیم ہے' شاذ کی' اس کی جس کو دہرایا نہیں جا سکتا' جبکہ سائنس دہرائے جا سکنے والے کی اقلیم ہے۔ یہی وجہ ہے کہ سائنس ذہن ہی کا حصہ رہتی ہے اور مذہب ذہن سے ماورا جاتا ہے' کیونکہ ہر وہ شے جسے دہرایا جا سکتا ہو' اسے ذہن سمجھ سکتا ہے۔

لوگ مجھ میں تضادات دیکھتے ہیں کیونکہ میں دہراتا نہیں ہوں۔ وہ مجھ میں اس وجہ سے تضادات دیکھتے ہیں' کیونکہ ان کے ذہن ارسطو کی منطق کے تربیت یافتہ ہیں۔ ارسطو کی منطق کہتی ہے کہ کوئی شے سفید ہوتی ہے یا سیاہ۔ اگر یہ سفید ہے' تو یہ سیاہ نہیں ہو سکتی۔ اگر یہ سیاہ ہے تو یہ سفید نہیں ہو سکتی۔ ارسطو کی منطق تمہیں یہی درس دیتی ہے۔ تمام سائنسی ذہن کی اساس یہی ہے۔ مذہبی ذہن کہتا ہے کہ سفید سیاہ بھی ہے اور سیاہ سفید بھی ہے۔ اس کے الٹ نہیں ہو سکتا کیونکہ مذہب اتنی گہرائی تک دیکھتا ہے کہ متخالف مل کر ایک ہو جاتے ہیں۔

زندگی کو لازماً موت بھی ہونا چاہیے' اور موت کو زندگی۔ کوئی شے مر رہی ہے' کوئی شے جنم لے رہی ہے۔ ہر لمحہ میں تمہیں مرتے ہوئے دیکھتا ہوں' ہر لمحہ میں تمہیں دوبارہ جنم لیتے ہوئے دیکھتا ہوں۔ تم تسلسل نہیں ہو۔ ہر لمحہ کوئی شے تحلیل ہو رہی ہے' ہر لمحہ کوئی نئی شے وجود میں آ رہی ہے۔ تاہم تم آگاہ نہیں ہو' لہٰذا تم وقفے کو دیکھ نہیں سکتے۔ چونکہ تم وقفے کو نہیں دیکھ سکتے' اس لیے تسلسل محسوس ہوتا ہے۔

مذہب کا ایقان ہے کہ کہیں کوئی تضاد نہیں ہے۔ تضاد ہو بھی نہیں سکتا — کیونکہ ہستی ایک ہے۔ مذہب کا ایقان ہے اور وہ کوئی قطبیت نہیں دیکھتا۔ اگر قطبیت ہے تو یہ قطبی اور متخالف نہیں ہے' تکمیلی ہے' کیونکہ ہستی ثنویتی نہیں ہے۔ یہ واحد ہے۔ زندگی کو موت سے الگ نہیں کیا جا سکتا۔ رات کو دن سے الگ نہیں کیا جا سکتا۔ گرما کو سرما سے الگ نہیں کیا جا سکتا۔ بڑھاپے کو بچپن سے الگ نہیں کیا جا سکتا۔

بچپن بڑھاپے میں ڈھل جاتا ہے' رات دن میں بدل جاتی ہے' دن رات میں۔ نہیں اور ہاں کا سوال نہیں ہے' دونوں اکٹھے ہوتے ہیں۔ ایک خط پر دو نقطے — ممکن ہے دونوں بالکل سروں پر ہوں' تاہم ہوتے ایک ہی خط پر ہیں۔ پس جب کبھی کوئی مذہبی شخص وجود پذیر ہوتا ہے' وہ سائنس دان کی طرح سے مستقل نہیں ہوتا۔ وہ ایک عمیق استقلال کا مالک ہوتا ہے۔ اس کا استقلال سطح پر نمایاں نہیں ہوتا' یہ تو ہستی کی گہرائی میں ہوتا ہے۔

میں فلسفی نہیں ہوں اور تمہارے سامنے کسی تھیوری کو ثابت کرنے کی کوشش نہیں کر رہا' نہ ہی میں کسی مفروضے کو ثابت کرنے کے لیے تم سے ہم کلام ہوں۔ ثابت کرنے کو

کچھ نہیں ہے۔ سچ موجود ہے' پہلے سے دیا ہوا۔ مذہب کے پاس ثابت کرنے کو کچھ نہیں ہوتا' اس کے پاس کوئی تھیوری نہیں ہوتی۔ وہ تو بس تمہیں ایک طریقہ بتاتا ہے کہ جو پہلے سے موجود ہے اسے کس طرح دیکھنا ہے۔ میں تم سے کلام کر رہا ہوں' اس لیے نہیں کہ میں کسی تھیوری کا حامل ہوں۔ اگر میرے پاس تھیوری ہوتی تو میں مستقل ہوتا۔ میں ہمیشہ دیکھتا کہ فلاں شے میری تھیوری سے ہم آہنگ ہے کہ نہیں ہے' اگر وہ ہم آہنگ ہوتی تو ٹھیک ہوتا' اگر نہ ہوتی تو اسے رد کر دیتا۔ تاہم میرے پاس کوئی تھیوری نہیں ہے۔

مجھ سے ہر شے ہم آہنگ ہے۔ ہر حقیقت' صرف حقیقت ہونے کی وجہ سے مجھ سے ہم آہنگ ہے' کاملاً ہم آہنگ۔ بہت ہی کم لوگوں کو اس کی آگاہی ہوتی ہے۔ اگر لوگ تضادات دیکھتے ہیں تو یہ ارسطو کی منطق کا اثر ہے۔

میری ساری کوشش تمہیں پگھلانے کی ہے تا کہ تمہارا ڈھانچہ تحلیل ہو جائے اور رفتہ رفتہ تم متخالفوں کو تکملوں کے طور پر دیکھنے لگو۔ اگر تم مجھ سے محبت کرتے ہو تو محبت یکا یک رونما ہوگی کیونکہ دل کسی تضاد کو نہیں جانتا۔ اگر سطح پر کہیں کوئی تضاد ہوں بھی تو دل جانتا ہے کہ گہرائی میں ضرور یکسانیت ہوگی' یہ تضاد کہیں ضرور ایک ہو رہے ہوں گے۔ انہیں کسی ایسی شے نے ضرور جوڑا ہوا ہوگا جو تضادات سے ماورا ہے۔

میں اکائی ہوں۔ اگر تم مجھے دیکھتے ہو' اگر تم مجھ سے محبت کرتے ہو تو تم میری وحدت کو دیکھنے کے اہل ہو گے۔ جب تم میری وحدت کو دیکھ لو گے تو پھر میں جو کچھ بھی کہوں گا' میری وحدت سے جنم لے گا۔ اسے یکساں ہونا ہوگا۔ خواہ عقلی طور پر تم سمجھو یا نہیں۔ دل اپنی وجوہات کا مالک ہے' وہ وجوہات عقل کی وجوہات سے گہری ہوتی ہیں۔

جب لوگ میری باتیں سنتے ہیں تو اگر وہ مجھ سے وابستہ نہیں ہیں' اگر وہ مجھ سے گہرا ربط نہیں رکھتے' اگر وہ غیر معلوم میں میرے ساتھ سفر نہیں کر رہے ہوتے تو پھر میں جو کہتا ہوں' وہ اسے اپنے انداز سے سمجھتے ہیں۔ وہ اس کی اپنے انداز سے تشریح کرتے ہیں۔ تب میری بات وہ نہیں رہتی جو میں نے کی ہوتی ہے۔ تب اس میں کوئی شے گھس گئی ہوتی ہے— ان کی تشریح۔ ان کی تشریح کی وجہ سے سارا رنگ ہی بدل جاتا ہے' خالص پن کھو جاتا ہے اور مسائل جنم لیتے ہیں۔ یہ مسائل ان کے اپنے پیدا کیے ہوئے ہوتے ہیں۔

میں تمہیں ایک چٹکلا سناتا ہوں:

پادری ایک اعتراف کرنے والے کو نصیحت کرتا ہے کہ اپنے ہمسائیوں سے محبت کرو۔ ''یسوعؑ نے بھی کہا تھا کہ اپنے ہمسایوں سے اتنی ہی محبت کرو' جتنی تم خود سے کرتے ہو۔''

اگلے دن وہ شخص بن سنور کر گھر سے نکلا اور ساتھ والے گھر کے دروازے کی گھنٹی بجا دی۔ خاتونِ خانہ نے دروازہ کھولا تو اس آدمی نے اسے آغوش میں لینے کی کوشش کی۔ خاتون نے سختی سے اسے پرے دھکیل دیا او بولی: ''ارے پیٹرک! تمہیں کیا ہو گیا ہے' تم تو اچھے آدمی تھے۔''

پیٹرک بولا: ''جولیا! میں تو فقط فادر کی نصیحت پر عمل کر رہا ہوں۔''

اپنے ہمسائے سے اتنی محبت کرو جتنی تم خود سے کرتے ہو۔ جب عیسیٰؑ یہ کہتے ہیں تو ان کا مطلب بالکل مختلف ہوتا ہے۔ جب پیٹرک اس کی تشریح کرتا ہے تو مفہوم بالکل بدل جاتا ہے۔ ''ہمسائے سے محبت کرو۔'' یہ ایک عبادت ہے' یہ مراقبہ ہے' یہ جینے کا ایک کامل اسلوب ہے' تاہم جب عام ذہن اسے سنتا ہے تو جملہ دوسرا رنگ لے لیتا ہے۔ محبت جنس میں ڈھل جاتی ہے۔ عبادت ہوس میں بدل جاتی ہے۔ ذہن بہت عیار ہے' یہ اپنے لیے جہاں سے بھی کوئی جواز ملے حاصل کر لیتا ہے۔

جب تم مجھے سنو' تو ہوشیار رہو۔ ہو سکتا ہے تم میری باتوں کی تشریح اپنے انداز میں کرو۔ جب میں ''آزادی'' کہوں تو تم اس کا مطلب لے لو ''کھلی چھوٹ''۔ دیکھو۔ جب میں ''محبت'' کہوں تو ہو سکتا ہے تم اس کا مطلب لے لو ''جنس''۔ دیکھو۔ اپنی تشریحات کا جائزہ لو کیونکہ یہ پھندے ہیں۔ اگر تم مجھ میں تضادات پاؤ گے تو یہ تمہارا ہی عکس ہوگا۔ تم میں بہت سے تضادات ہیں۔ تم تقریباً ایک الجھاؤ ہو۔ تم بہت سے ذہنوں کے مالک ہو' اور تم کئی طریقوں سے تشریحیں کرتے رہتے ہو' اور یوں تم تضادات دیکھتے ہو— خود اپنی تشریحوں میں۔ مجھے سنو۔ سننے سے زیادہ میرے ساتھ رہو۔ تب سارے

تضادات غائب ہو جائیں گے۔

☆☆☆

دیو تیرتھ نے ایک دلچسپ کہانی بھیجی ہے۔

''ایک اجنبی کسی دیہاتی علاقے میں راستہ بھول جاتا ہے۔ وہ ایک بوڑھے سے راستہ پوچھتا ہے۔ بوڑھا اسے راستہ بتانے کی بہت کوششیں کرتا ہے لیکن خود بھول بھول جاتا ہے۔ آخر وہ تھک ہار کر کہتا ہے' سوری تم یہاں سے کہیں نہیں جاسکتے۔''

مجھے یہ کہانی بہت پسند آئی ہے۔ یہ بڑی بامعنی کہانی ہے۔ ذرا مجھے اس کا آخری جملہ دہرانے دو— ''سوری تم یہاں سے کہیں نہیں جاسکتے۔''

درحقیقت' یہاں سے تم صرف یہاں کو ہی جاسکتے ہو۔ یہاں سے وہاں کا کوئی راستہ نہیں ہے۔ یہاں سے تم ہمیشہ یہاں کو جاسکتے ہو— یہاں سے یہاں ہی واحد امکان ہے۔ یہاں سے وہاں کا کوئی راستہ نہیں ہے۔تم اب سے اب تک ہی جاتے ہو— بار بار' کیونکہ یہ ہمیشہ موجود ہوتا ہے۔تم آج سے کبھی کل کی طرف نہیں جاتے ہو۔ یاد رکھو' تم بار بار آج سے آج ہی کی طرف آتے ہو— کیونکہ یہاں کوئی کل نہیں ہے۔ آج ہمیشہ رہتی ہے' یہ ابدیت ہے۔ اب ابدیت ہے' اور یہاں واحد مکان (Space) ہے۔

بعض اوقات نشے میں دھت لوگ بامعنی صداقتیں بیان کر جاتے ہیں۔ کیوں؟ اس کی وجہ یہ ہے کہ نشے میں دھت شخص کبھی ارسطو کی منطق پر عمل نہیں کرسکتا۔ الکوحل یا منشیات تمہیں ڈھیلا ڈھالا کر دیتی ہیں۔ تمہارے سر کو ارسطو نے یہاں اور وہاں' اب اور تب' کل اور آج میں تقسیم کر رکھا ہے۔ نشے میں یہ تقسیم ختم ہو جاتی ہے۔ تمہارے اندر وحدت پیدا ہو جاتی ہے۔ تم اپنا بچپن دوبارہ پالیتے ہو' کہ جب ہر شے ایک دوسرے سے مل رہی ہوتی تھی اور کوئی سرحد نہیں تھی۔

کسی بچے کو دیکھو۔ ہوسکتا ہے کسی صبح وہ اٹھے اور ایسے کھلونے کے لیے رونے لگے جس کو اس نے خواب میں کھو دیا ہے۔ درحقیقت خواب اور حقیقت میں کوئی سرحد نہیں ہوتی۔ ہر شے ایک دوسرے میں ملی ہوتی ہے۔ بچہ ایک بالکل مختلف دنیا میں رہتا ہے—

دنیا جو ایک ہے' صوفیوں کی دنیا' وحدت پسندوں کی دنیا' ادویتوں کی دنیا' وہ دنیا جس میں کوئی اختلافات نہیں ہوتے' جس میں چیزیں ایک دوسرے کے خلاف تقسیم نہیں ہوتیں۔

ہوسکتا ہے کہانی والا بوڑھا اُس روز نشے میں ہو۔ وگرنہ جب تم ہوش حواس میں ہوتے ہو تو ایسی کوئی بات نہیں کہہ سکتے۔ اس نے بڑی کوشش کی تھی۔ اس نے اپنے ارسطوئی ذہن کو قابو کرنے کی بہت کوشش کی اس نے بار بار' راستہ بوجھنے کی کوشش کی لیکن ہر بار بھول گیا۔ آخر اس نے کہا کہ یہ ممکن نہیں ہے' ''سوری' تم یہاں سے وہاں نہیں جاسکتے!''

کہانی کا یہ انجام زین گروؤں کو بہت پسند آتا۔ وہ اس کی حکمت کو پاجاتے' کیونکہ وہ بھی نشے میں ہوتے ہیں — بھگوان کے نشے میں۔ اس میں بھی یہی ہوتا ہے' اختلافات ختم ہو جاتے ہیں۔ لاؤتزو کہتا ہے: ''ہر شخص کا ذہن الجھن سے پاک ہے' صرف میں الجھا ہوا ہوں۔'' لاؤتزو اور الجھا ہوا؟ لاؤتزو کہتا ہے: ''ہر شخص جانتا ہے صرف میں نہیں جانتا۔ ہر شخص دانا ہے' صرف میں جاہل ہوں۔'' لفظ لاؤتزو کا مطلب ہے: ''بزرگ'' یا ''بوڑھا احمق''۔ ہوسکتا ہے دشمن اسے لاؤتزو پکارتے ہوں اور مطلب لیتے ہوں ''بوڑھا احمق''۔ ہوسکتا ہے دوست اسے لاؤتزو پکارتے ہوں اور مطلب لیتے ہوں ''بزرگ'' — تاہم وہ دونوں ہی تھا۔

یاد رکھو' جانا کہیں نہیں ہے۔ تم اپنے یہاں اور اب کو اپنے گرد لیے ہوتے ہو۔ تم جہاں کہیں بھی جاؤ' وہ ہمیشہ یہاں ہوتا ہے۔ تم جہاں کہیں بھی جاؤ' وہ ہمیشہ اب ہوتا ہے۔ یہاں اور اب ابدیت ہیں۔ یہ دو نہیں ہیں۔ لسانیات میں ہم انہیں دو کہنے کے عادی ہو گئے ہیں' کیونکہ لسانیات میں آئن سٹائن کو ابھی متعارف ہونا ہے۔ آئن سٹائن اس سائنسی حقیقت کو ثابت کر چکا ہے کہ زمان اور مکان (Time and Space) دو نہیں ہیں۔ اس نے انہیں ایک بنانے کے لیے ایک نیا لفظ Spatio-Time ڈھالا تھا۔ اگر یہ درست ہے تو یہاں اور اب دو نہیں ہوسکتے۔ ''یہاں اب'' مستقبل کا لفظ ہوگا۔ جلد یا بدیر جب آئن سٹائن کو لسانیات میں جذب کرلیا جائے گا تب یہ لفظ — یہاں اور اب — فرق کھو بیٹھیں گے۔ ''یہاں اب'' وجود میں آجائے گا۔

کہانی خوبصورت ہے۔ بعض لوک کہانیوں میں بڑی دانش ہوتی ہے۔ ان پر ہنسو مت۔ بعض اوقات تم ہنس کر اس چیز سے بچنے کی کوشش کررہے ہوتے ہو جو تمہیں بے قرار کرسکتی ہے۔ ان کہانیوں کو کسی نے نہیں لکھا' یہ درختوں کی طرح پنپتی ہیں۔ صدیوں تک ہزاروں ذہن ان پر کام کرتے ہیں۔ وہ مسلسل انہیں تبدیل اور بہتر کرتے رہتے ہیں۔ یہ انسانی ورثہ ہیں۔ جب کبھی کوئی لطیفہ سنایا جائے' ہنسو مت اور اسے فراموش مت کردو۔ ہنسنا بالکل درست ہے' تاہم ہنسی میں لطیفے کو ضائع مت کردو۔ ہوسکتا ہے اس میں کوئی نہایت قیمتی شے نہاں ہو۔ اگر تم اسے دیکھ سکو تو تمہارا اپنا شعور مالا مال ہوجائے گا۔

☆☆☆

مجھے حال ہی میں خالی پن کی جھلک ملی ہے۔ میں اپنی مصوری میں انوکھی شبیہیں بناتا ہوں۔ کیا میرے مرنے کے بعد میرا کام بھی فنا ہوجائے گا۔

یہ مشروط ہے۔ اگر تمہارا کام صرف پیشہ ہے تو یہ تمہارے مرنے کے بعد فنا ہوجائے گا۔ جب تمہاری انا گہرے مراقبے میں معدوم ہوجاتی ہے تو تمہارا پیشہ بھی غائب ہوجاتا ہے' تاہم اگر یہ محض پیشہ نہیں ہے' اگر یہ محض کام نہیں بلکہ پکار ہے' اگر یہ دوسروں کا یا تمہارا اپنا تھونپا ہوا نہیں ہے بلکہ اس کا سرچشمہ تمہارے اندر گہرائی میں ہے' تو پھر جب انا معدوم ہوگئی تو تمہارا کام پہلی مرتبہ تمہاری محبت بن جائے گا' تب تم زیادہ تخلیقی بن جاؤ گے' جب انا معدوم ہوتی ہے تو بے پناہ توانائی آزاد ہوتی ہے کیونکہ انا تمہاری بہت زیادہ توانائی کو دبائے ہوتی ہے — انا تمہاری بہت سی توانائی کو ضائع کردیتی ہے۔ صرف چوبیس گھنٹوں کا مشاہدہ کرو۔ کتنی زیادہ توانائی ضائع ہوجاتی ہے۔ جب انا معدوم ہوجاتی ہے تو ساری توانائی تمہارے کام کے لیے مہیا ہوجاتی ہے' تمہارے لیے مہیا ہوجاتی ہے۔

یہ تخلیقی بن سکتی ہے' تاہم تب تخلیقیت ایک بہت مختلف کیفیت' مختلف ذائقے کی مالک ہوتی ہے۔ تب ایسا نہیں ہوتا ہے کہ تم تخلیق کررہے ہو' تب تم ایک وسیلہ بن جاتے ہو' ایسے جیسے کسی تم سے زیادہ بڑی شے نے تم پر غلبہ پالیا ہو' جیسے ہستی نے تمہیں اپنا وسیلہ بنالیا

ہو۔ تم بانسری بن چکے ہوتے ہو اور اب بھگوان تمہیں بجا رہا ہوتا ہے۔ تم کھو کھلے ہوجاتے ہو' ایک راستہ' اور تم کُل کو اپنے میں سے بہنے دیتے ہو۔ اگر کوئی نقص ہے' تو تمہارا ہے۔ اگر کوئی حسن ہے تو یہ بھگوان کا ہے۔ اگر تم غلطی پر ہو' تو غلطی تمہاری ہے۔ اگر کسی شے کو حقیقتاً تمہارے ذریعے جنم دیا جاتا ہے' تو تم ممنونیت محسوس کرتے ہو۔ تب ساری غلطیاں تمہاری ہوتی ہیں کیونکہ تب تم نے ضرور کسی طرح رکاوٹ ڈالی ہوگی۔ تم ضرور مکمل طور پر خالی نہیں رہے ہوگے۔ راستہ بھگوان کے بہنے کے لیے کھلا نہیں ہوگا۔ جب کبھی کوئی خوبصورتی وقوع پذیر ہوتی ہے — کوئی تصویر' کوئی شعر' رقص یا کچھ اور — تو تم گہری ممنونیت محسوس کرتے ہو۔ تمہارے دل سے دعا نکلتی ہے' تمہارا دل شکر ادا کرتا ہے۔

تب تمہاری تخلیقیت بہت پرسکون ہوتی ہے' سکون اس کی صفت ہوتا ہے۔ اس وقت انا کے ہونے سے بہت گڑبڑ ہے' افراتفری ہے۔ انا کے ہوتے ہوئے تخلیقیت کچھ نہیں ہوتی سوائے اس شور کے کہ تم تخلیق کار ہو۔ ہوسکتا ہے شاعری قابل قدر نہ ہو' تاہم لوگ بڑھ چڑھ کر داد دیتے ہیں۔ ہوسکتا ہے مصوری قابل قدر نہ ہو' ہوسکتا ہے اس میں کچھ بھی اوریجنل نہ ہو' وہ صرف نقالی ہو' تاہم مصور فخریہ انداز میں اکڑا پھرتا ہے۔ انا بہت شورانگیز ہوتی ہے۔ جب انا معدوم ہوجاتی ہے تو تم بہت سے طریقوں سے بہتے ہو' تاہم ہر شے بہت خاموش اور شانت ہوجاتی ہے۔

میں نے سنا ہے:

ہارورڈ کے پروفیسر چارلس ٹاؤن سینڈ کو پلینڈ سے پوچھا گیا کہ وہ ہولس ہال کی سب سے اوپر والی منزل پر اپنے چھوٹے چھوٹے پرانے' گرد آلود کمروں میں کیوں رہتا ہے؟

اس نے جواب دیا: ''میں ہمیشہ یہیں رہوں گا کیونکہ یہاں یہ واحد جگہ ہے جہاں میرے اوپر صرف بھگوان ہے۔'' پھر ذرا توقف کے بعد وہ بولا: ''وہ مصروف ہے اور خاموش ہے۔''

ہاں' بھگوان مصروف ہے۔ ذرا دیکھو تو سہی وہ بیک وقت کتنے کام کررہا ہے۔ یہ لامحدود پھیلاؤ اس کا ہے۔ تم نے ضرور ہزاروں ہاتھوں والے ہندو دیوتاؤں کی تصویریں

دیکھ رکھی ہوں گی۔ علامتی تصویریں ہیں۔ یہ دکھاتی ہیں کہ وہ دو ہاتھوں سے کام نہیں کرسکتا۔ دو ہاتھ کافی ہیں۔ کام بہت پھیلا ہوا ہے۔ تم نے ضرور تین سر والے ہندو دیوتا دیکھے ہوں گے' جن کا رُخ تین سمتوں کو ہوتا ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ اگر اس کا صرف ایک سر ہو تو اس کے پیچھے کیا ہوگا؟ اسے ساری سمتوں میں دیکھنا ہوتا ہے۔ اسے ہر طرف مصروف رہنا ہوتا ہے' ایک ہزار ایک ہاتھوں کے ساتھ...... لیکن نہایت خاموشی سے۔ اور تم ایک چھوٹا سا کام کرتے ہو — تم صرف چند لفظوں کو ترتیب دیتے ہو اور سوچتے ہو کہ یہ ایک نظم ہے— اور پھر فخر ابھرتا ہے اور تم پاگل ہوجاتے ہو۔ تم دعوے کرنے لگتے ہو کہ تم نے کوئی شے تخلیق کرلی ہے۔ یاد رکھو' صرف میڈیا کر دعوے کرتے ہیں۔ حقیقی تخلیق کار دعوے کبھی نہیں کرتے' کیونکہ حقیقی تخلیق کار تو نہایت عاجز بن جاتے ہیں' وہ سمجھتے ہیں کہ یہ سب ان کا اپنا نہیں ہے۔ درحقیقت وہ تو صرف وسیلہ ہوتے ہیں۔

جب عظیم شاعر رابندر ناتھ ٹیگور پر کیفیت طاری ہوتی تو وہ کمرے میں چلا جاتا اور دروازہ بند کرلیتا تھا۔ چند دنوں تک وہ کچھ نہیں کھاتا تھا' وہ کمرے سے باہر ہی نہیں آتا تھا۔ وہ خاموشی سے بھگوان کی آواز سنتا تھا۔ وہ اپنے آپ کو پاک صاف کرتا تھا تاکہ وہ درست وسیلہ بن جائے۔ وہ روتا اور گڑگڑاتا تھا اور لکھتا رہتا تھا۔ جب بھی کوئی پوچھتا تو وہ کہتا: ''جو کچھ خوبصورت ہے میرا نہیں ہے' جو کچھ عمومی ہے ضرور وہ میرا ہے۔ ضرور اس کا اضافہ میں نے کیا ہوگا۔''

جب کولرج فوت ہوا تو تقریباً چالیس ہزار ادھوری نظمیں ملیں— چالیس ہزار۔ اس کے دوست تقریباً ساری زندگی اسے کہتے رہے کہ تم انہیں مکمل کیوں نہیں کرتے؟ وہ کہتا تھا: ''میں کس طرح انہیں مکمل کروں؟ اس نے شروع کیا ہے' اسی کو پورا کرنا ہے — جب وہ چاہے۔ میں تو بے بس ہوں۔ ایک روز وہ مجھ پر حاوی ہوا اور چند مصرعے تخلیق ہوئے — اور صرف ایک مصرعہ رہتا ہے' لیکن میں اس کا اضافہ نہیں کروں گا کیونکہ وہ اسے تباہ کردے گا۔ سات مصرعے آسمان سے اور ایک مصرعہ زمین سے؟ نہیں' یہ پروں کو کاٹ دے گا۔ میں انتظار کروں گا۔ اگر اسے جلدی نہیں ہے تو میں کون ہوں فکر کرنے والا؟'' ایسا ہوتا ہے حقیقی تخلیق کار۔

ایک حقیقی تخلیق کار بہرحال تخلیق کار نہیں ہوتا۔ ایک حقیقی تخلیق کار وسیلہ بن جاتا ہے' اس پر عظیم قوتوں کا غلبہ ہوجاتا ہے۔ بھگوان کی عظیم قوتیں اس پر حاوی ہوجاتی ہیں۔ وہ ایک ماؤتھ پیس بن جاتا ہے۔ وہ بولتا ہے لیکن لفظ اس کے نہیں ہوتے۔ وہ مصوری کرتا ہے۔ لیکن رنگ اس کے نہیں ہوتے۔ وہ گاتا ہے لیکن سر اس کے نہیں ہوتے۔ وہ رقص کرتا ہے لیکن اس کا رقص ایسے ہوتا ہے گویا اس کے وسیلے سے کوئی اور ناچ رہا ہے۔

پس یہ مشروط ہے۔ سوال یہ ہے کہ اگر مراقبے میں تمہاری انا معدوم ہوجائے تو تمہارے کام کے ساتھ کیا بیتے گی؟ اگر یہ پیشہ ہے تو یہ معدوم ہوجائے گا اور اس کا معدوم ہونا اچھا ہی ہے۔ کسی کو بھی پیشہ ور نہیں ہونا چاہیے۔ تمہارے کام کو تمہاری محبت ہونا چاہیے' وگرنہ کام تخریبی ہوجاتا ہے۔ تب تم اسے گھسیٹتے ہو اور تمہاری ساری زندگی بے روح (Dull) ہوجاتی ہے۔ تمہاری ساری زندگی ایک منفی مفہوم میں خالی ہوجاتی ہے — ناآسودہ۔ تم وہ کررہے ہو جسے تم کبھی نہیں کرنا چاہتے تھے۔ یہ متشددانہ ہے۔ یہ خود کو مارنا ہے — تم خود کو دھیرے دھیرے مار رہے ہو' اپنے سسٹم کو مسموم کررہے ہو۔ کسی کو بھی پیشہ ور نہیں ہونا چاہیے۔ تمہارے کام کو تمہاری محبت ہونا چاہیے' اسے تمہاری عبادت ہونا چاہیے۔ اسے تمہارا مذہب ہونا چاہیے پیشہ نہیں۔

تمہارے اور تمہارے کام کے درمیان ایک جذبے کو رواں ہونا چاہیے۔ جب تم حقیقتاً اپنا کام پالیتے ہو تو یہ ایک محبت کا معاملہ ہوتا ہے۔ ایسا نہیں ہے کہ تمہیں اسے کرنا ہوتا ہے۔ ایسا نہیں ہے کہ اسے کرنے کے لیے تمہیں خود پر جبر کرنا پڑتا ہے۔ تم اسے دفعتاً ایک بالکل مختلف انداز سے کرتے ہو' اس انداز سے جسے تم پہلے نہیں جانتے تھے۔ تمہارا رقص مختلف ہوجاتا ہے' تمہارا دل تال دیتا ہے۔ تمہارا سارا نظام پہلی مرتبہ پوری طرح کام کرتا ہے۔ یہ ایک آسودگی ہوتی ہے۔ تم اس کے ذریعے اپنی ہستی کو پالو گے — یہ ایک آئینہ بن جائے گا' یہ تمہیں منعکس کرے گا۔

ایسا نہیں ہے کہ صرف عظیم چیزیں ہی کام بن سکتی ہیں۔ نہیں۔ ایک چھوٹی سی شے۔ ہوسکتا ہے تم بچوں کے لیے کھلونے بنارہے ہو یا جوتے بنارہے ہو یا کپڑا بُن رہے ہو — یا کچھ اور کررہے ہو۔

اس کی کوئی اہمیت نہیں کہ یہ کیا ہے' تاہم اگر تم اس سے محبت کرتے ہو' اگر تم اس کی محبت میں مبتلا ہو چکے ہو' اگر تم بغیر کسی جھجک کے بہہ رہے ہو' اگر تم خود کو جکڑے ہوئے نہیں ہو' اگر تم گھسٹ نہیں رہے — رقصاں ہو اس میں — تو یہ تمہیں پاک صاف کردے گا۔ تمہارے خیالات رفتہ رفتہ غائب ہو جائیں گے۔ یہ ایک خاموش موسیقی ہوگی' اور رفتہ رفتہ' تم محسوس کرو گے کہ یہ صرف کام ہی نہیں بلکہ تمہاری ہستی ہے۔ ہر قدم آسودہ ہوگا' تم میں کوئی شے کھل اٹھے گی۔ اور ایسا شخص امیر ترین ہوتا ہے' جو اپنا کام پاچکا ہوتا ہے۔ اور ایسا شخص امیر ترین ہوتا ہے' جسے اپنے کام کے ذریعے آسودگی ملنا شروع ہو جاتی ہے۔ تب زندگی عبادت بن جاتی ہے۔

کام کو پرستش ہونا چاہیے' تاہم ایسا صرف تب ممکن ہے جب تمہاری ہستی زیادہ مراقباتی ہونا شروع ہو جاتی ہے۔ مراقبے کے ذریعے تم جرأت حاصل کرو گے۔ پیشے کو ترک کرنے کی اور کام کی طرف توجہ دینے کی۔

ہوسکتا ہے پیشے کے ذریعے تم امیر ہو جاؤ' تاہم یہ امیری باہر کی ہوگی۔ ہوسکتا ہے کام کے ذریعے تم غریب رہو' ہوسکتا ہے تم امیر نہ بنو۔ ہوسکتا ہے معاشرہ صلہ نہ دے کیونکہ معاشرے کے اپنے مقاصد ہوتے ہیں۔ ہوسکتا ہے تم شاعری کررہے ہو اور کوئی اسے خریدتا نہیں ہو کیونکہ معاشرے کو شاعری کی ضرورت نہیں ہے۔ شاعری کے بغیر گزارا ممکن ہے۔ اس کا صلہ ملتا ہے بشرطیکہ تم جنگ کے لیے' تشدد کے لیے کوئی نظم لکھو۔ اگر تم محبت کی کوئی نظم لکھو گے تو معاشرہ پروا نہیں کرے گا۔ معاشرے کو فوجیوں کی ضرورت ہے' معاشرے کو بموں کی ضرورت ہے' معاشرے کو ہتھیاروں کی ضرورت ہے' عبادت کی نہیں ہے۔

ہوسکتا ہے معاشرہ تمہیں صلہ نہ دے' ہوسکتا ہے تم غریب رہو' تاہم میں تمہیں بتاتا ہوں کہ شاعری یعنی یہ خطرہ مول لیے جانے کے قابل ہے کیونکہ تم داخلی طور پر بہت زیادہ امیر ہو جاؤ گے۔ جہاں تک تمہارے خارج کا تعلق ہے تو ہوسکتا ہے تم غریب ہی مر جاؤ' تاہم جہاں تک تمہاری داخلی ہستی کا تعلق ہے تو تم ایک شہنشاہ کے طور پر مرو گے — اور یہی واحد قابل قدر شے ہے۔

☆☆☆

میں پرانا روگی ہوں' میرا ذہن سائنس کا شکار ہے یعنی میں بھوگی ہوں' میرا دل تقریباً یوگی ہے۔ میں بچوں کی طرح کاملاً کام کرتی ہوں' سیاستدان نہیں ہوں' معصوم ہوں اور سچ سے محبت کرتی ہوں۔
کیا اس زندگی میں میرے گیان پانے کا کوئی امکان ہے؟ میری رہنمائی کیجیے۔ میں بدترین کے لیے تیار' بہترین کی امیدوار ہوں۔

اگر جسم صحت مند ہو تو مددگار ہوتا ہے' تاہم یہ کوئی مطلق شرط نہیں ہے — مددگار' تاہم مطلق ضروری نہیں۔ اگر تم جسم والی شناخت کو ترک کرسکو' اگر تم محسوس کرنے لگو کہ تم جسم نہیں ہو تو یہ اہم نہیں رہتا ہے کہ تم بیمار ہو یا صحت مند۔ اگر تم اس سے ماورا جانے لگو' اس کا مشاہدہ کرنے لگو تو حد تو یہ ہے کہ بیمار جسم میں بھی گیان پانا ممکن ہے۔

میں یہ نہیں کہہ رہا کہ تم سب کو بیمار ہو جانا چاہیے۔ اگر تم بیمار ہو تو مایوس مت ہونا' ناامید مت ہونا۔ صحت مند جسم مددگار ہوتا ہے۔ صحت مند جسم سے ماورا ہونا آسان ہے بہ نسبت بیمار جسم کے کیونکہ بیمار جسم کو توجہ کی ضرورت ہوتی ہے۔ وہ مستقل طور پر تمہیں اپنا دکھ اور بیماری یاد دلاتا رہتا ہے۔ وہ تمہیں مستقل طور پر واپس بلاتا رہتا ہے۔ اسے تحفظ کی ضرورت ہوتی ہے' اسے توجہ کی ضرورت ہوتی ہے۔ اسے بھولنا مشکل ہوتا ہے — اور اگر تم اسے بھول نہیں سکتے تو اس سے ماورا جانا مشکل ہوتا ہے۔ تاہم میں نے مشکل کہا ہے' ناممکن نہیں۔

لہٰذا اس کے حوالے سے پریشان مت ہونا۔ اگر تم محسوس کرتی ہو کہ یہ بیمار ہے' سخت بیمار ہے اور اس کے صحت یاب ہونے کا کوئی امکان نہیں ہے تو اسے بھول جاؤ۔ تمہیں تھوڑی سی زیادہ کوشش کرنا پڑے گی' مشاہدے کی صلاحیت پانے کے لیے کچھ مزید کاوش کرنا پڑے گی' تاہم اسے پایا جاسکتا ہے۔

گوتم بدھ مستقلاً بیمار رہتا تھا۔ اس کے ساتھ ہمیشہ ایک حکیم رہتا تھا۔ اس حکیم کا نام جیوک تھا جو گوتم بدھ کا مستقل علاج کرتا تھا۔ شنکر 33 برس کی عمر میں مر گیا تھا' جس سے پتا چلتا ہے کہ اس کا جسم بہت اچھی حالت میں نہیں تھا' وگرنہ وہ کچھ مزید زندہ رہتا۔ 33

برس کی عمر تو مرنے کی نہیں ہوتی۔ پس فکر مت کرو۔ اسے رکاوٹ مت بنالو۔

دوسری بات تم نے یہ کہی ہے کہ ”میرا ذہن سائنس کا شکار ہے— یعنی بھوگی ہے۔“ اگر یہ واقعتاً سائنس کا شکار ہے تو تم اس سے نکل سکتی ہو۔ اگر تم حقیقتاً اک ذرا چوکس ہو تو جلد یا بدیر تم اس سے نکل آؤ گی— کیونکہ تم کس طرح دہرائے چلی جاسکتی ہو؟

مثال کے طور پر جنس کو لو۔ اس میں کچھ برا نہیں ہے' تاہم ساری زندگی اسے دہرائے چلے جانے سے ظاہر ہوتا ہے کہ تم تھوڑے سے احمق ہو۔ میں یہ نہیں کہتا کہ یہ گناہ ہے— نہیں۔ یہ صرف اتنا ہی ظاہر کرتا ہے کہ تم احمق ہو۔ دھرم تمہیں کہتے ہیں کہ جنس گناہ ہے۔ میں ایسا نہیں کہتا۔ یہ صرف حماقت ہے۔ اجازت ہے' اس میں کچھ برائی نہیں ہے' تاہم اگر تم ذہین ہو تو تم اس سے بچ نکلو گے— کسی نہ کسی روز۔ جتنی زیادہ ذہانت ہوگی تم اتنی جلدی سمجھ جاؤ گے کہ ”ٹھیک ہے۔ اس کا ایک وقت ہوتا ہے۔ زندگی کے ایک خاص مرحلے میں یہ معنویت رکھتی ہے' تاہم پھر انسان اس سے نکل آتا ہے۔“ یہ اک ذرا طفلانہ ہوتی ہے۔

ایک بوڑھا اور بڑھیا طلاق لینے عدالت پہنچے۔ جج نے بوڑھے سے پوچھا: ”تمہاری عمر کتنی ہے؟“

بوڑھے نے جواب دیا: ”92 سال۔“

جج نے بڑھیا سے بھی یہی سوال کیا تو وہ بولی: ”میں 84 سال کی ہوں۔“

اب جج نے بوڑھے سے پوچھا: ”تمہاری شادی کو کتنا عرصہ ہوگیا ہے؟“

بوڑھے نے بتایا: ”ستاسٹھ سال۔“

جج نے حیرت سے کہا: ”تمہاری شادی کو تقریباً ستر سال ہوگئے ہیں اور تم طلاق لینا چاہتے ہو۔“

بوڑھے نے ترنت جواب دیا: ”جج صاحب! برداشت کی بھی حد ہوتی ہے۔“

اگر تم ذہین ہو تو تم 92 سال تک انتظار کرو گے — جلد ہی برداشت کی حد آجائے گی۔ جتنے زیادہ تم ذہین ہو گے' اتنی جلد آئے گی۔ گوتم بدھ نے جوانی میں دنیا چھوڑ دی تھی۔ ابھی اس کا پہلا بچہ ہی پیدا ہوا تھا اور اس کی عمر صرف ایک ماہ تھی لیکن گوتم بدھ اسے چھوڑ کر چلا گیا تھا۔ اس کی برداشت کی حد بہت جلد آگئی تھی۔ وہ حقیقتاً نہایت ذہین آدمی تھا۔ جتنا زیادہ ذہانت ہوتی ہے' اتنی جلد ماورا ہونے کا مرحلہ آتا ہے۔

پس اگر تم سوچتے ہو کہ تم حقیقتاً سائنسی ہو تو یہ سمجھنے کا وقت ہے کہ ”برداشت کی بھی حد ہوتی ہے۔“ اور تم کہتی ہو: ”میرا دل تقریباً یوگی ہے۔“ تقریباً؟ دل کی زبان ایسی نہیں ہوتی۔ ”تقریباً“ تو ذہن کی زبان ہے۔ دل صرف کاملیت کو جانتا ہے— یوں یا یوں۔ یا سب یا کچھ نہیں — دل ”تقریباً“ جیسی کسی شے کو نہیں جانتا ہے۔ ذرا کسی عورت سے کہو: ”میں تم سے تقریباً محبت کرتا ہوں۔“ تب تمہیں پتا چلے گا۔

تم تقریباً محبت کس طرح کرسکتے ہو؟ اس کا کیا مطلب ہوا؟ یہ کہ تم محبت نہیں کرتے ہو۔

نہیں' ایسا لگتا ہے کہ دل ابھی کام نہیں کررہا۔ ہوسکتا ہے تم نے دل سے کوئی افواہ سنی ہو' تاہم تم نے اسے سمجھا نہیں ہے۔ دل ہمیشہ کامل ہوتا ہے۔ دل کسی تقسیم کو نہیں جانتا' تمام تقسیمیں ذہن کی ہوتی ہیں۔

جسم بیمار ہے تو کوئی مسئلہ نہیں ہے۔ تھوڑی سی کوشش کرو' سب ٹھیک ہوجائے گا۔ ذہن پھنسا ہوا ہے' یہ بھی زیادہ مسئلہ نہیں ہے۔ جلد یا بدیر تم سمجھ جاؤ گی اور اس سے نکل آؤ گی۔ حقیقی مسئلہ تیسرے سے ابھرتا ہے' ”تقریباً“ نہیں چلے گا۔ پس دوبارہ دیکھو۔ اپنے دل کی گہرائی میں۔ جتنا گہرا تم دیکھ سکتی ہو دیکھو۔

دل کو سرگوشی کرنے دو۔ اگر دل حقیقتاً یوگا سے محبت کرتا ہے — یوگا کا مطلب ہے زندگی کے سچ کی تلاش اور اسے پانے کی کوشش— اگر حقیقتاً دل یوگا سے محبت کرتا ہے تو اسے کوئی نہیں روک سکتا۔

بیماری یا کوئی اور شے رکاوٹ نہیں بن سکتی۔ دل ہر صورت حال پر حاوی ہوسکتا ہے' دل تمہاری توانائی کا حقیقی سرچشمہ ہے۔ دل پر بھروسہ کرو' اور دل کے ساتھ چلو' اور

گیان کی فکر مت کرو کیونکہ یہ فکر بھی ذہن کی ہوتی ہے۔ دل مستقبل کے بارے میں کچھ نہیں جانتا' یہ ''یہاں اب'' میں رہتا ہے۔ تلاش کرو' محبت کرو' مراقبہ کرو' ''یہاں اب'' ہوؤ اور گیان کی فکر مت کرو۔ یہ خود بخود حاصل ہو جائے گا۔ پروا مت کرو۔

اگر تم تیار ہو' تو اس نے آنا ہے۔ اگر تم تیار نہیں ہو' تو اس کے بارے میں مسلسل سوچ تمہیں تیار نہیں کرے گی۔ درحقیقت یہ سوچ ایک رکاوٹ کے طور پر عمل کرے گی۔ پس گیان کو فراموش کر دو اور اس بارے میں پریشان مت ہو کہ یہ اس زندگی میں حاصل ہوگا یا نہیں۔

جب بھی تم تیار ہو گی' یہ حاصل ہو جائے گا۔ یہ اس لمحے بھی حاصل ہو سکتا ہے۔ اس کا انحصار تمہارے تیار ہونے پر ہے۔ جس وقت پھل پک جاتا ہے' زمین پر گر جاتا ہے۔ ساری اہمیت پکنے کی ہے۔ پس اپنے گرد غیر ضروری مسائل مت کھڑے کرو۔ تم تو پہلے ہی اتنے بہت سے مسائل کا شکار ہو۔ بس اب مزید مسائل نہیں۔ اس بارے میں بھول جاؤ۔ گیان کی فکر مت کرو۔ اس کا تم سے' تمہاری سوچوں سے' تمہاری توقعات سے' تمہاری امیدوں اور خواہشوں سے کوئی تعلق نہیں ہے۔ جب بھی تم بے خواہش اور تیار ہو گی اور پھل پک جائے گا' یہ خود بخود حاصل ہو جائے گا۔

☆☆☆

آپ جب مریں تو کیا ایسا ممکن ہے کہ میں بھی ساتھ ہی مر جاؤں؟

میں اسی وقت تمہاری مدد کے لیے تیار ہوں۔ لمبے انتظار کی کیا ضرورت ہے؟ اسے التوا میں کیوں ڈالا جائے؟

اور اگر تم میرے جیتے جی مجھے گنوا رہے ہو تو میرے مرنے پر تم مجھے کیونکر پا سکتے ہو؟ اگر تم میرے یہاں اپنے ساتھ ہوتے ہوئے میرے ساتھ بہہ نہیں سکتے تو یہ اس وقت بہت بہت مشکل ہو جائے گا جب میں جا چکا ہوں گا۔ التوا کیسا؟

تم پیاسے ہو اور میں اسی وقت تمہاری پیاس بجھانے پر تیار ہوں' تو پھر کل کی بات کیوں؟ تم خوفزدہ کیوں ہو؟ اور اگر تم آج خوفزدہ ہو تو تم کل بھی خوفزدہ ہو گے۔ تم کل

زیادہ خوفزدہ ہو گے۔ کیونکہ آج کا خوف بھی اس میں شامل ہو گیا ہوگا۔ ہر روز خوف میں اضافہ ہوتا جائے گا۔ اس سے نجات پالو۔ مرنے کی آمادگی ہی دوبارہ جینے کی تیاری ہوتی ہے۔

مجھے ایک بہت خوبصورت کہانی یاد آ رہی ہے' میں وہ کہانی تمہیں سنانا چاہتا ہوں:

تین کچھوے' جن کی عمریں بالترتیب 201' 135 اور 97 سال تھیں' فیصلہ کرتے ہیں کہ لندن کے شراب خانوں میں جا کر پیتے پلاتے ہیں۔ وہ ایک شراب خانے جاتے ہیں۔ خوب پیتے ہیں۔ پھر دوسرے شراب خانے کا رخ کرتے ہیں۔ پندرہ دن بعد جب وہ دوسرے شراب خانے پہنچتے ہیں تو سب سے بوڑھا کچھوا کہتا ہے کہ میں اپنا بٹوہ پچھلے شراب خانے میں بھول گیا ہوں۔ باقی سب کی رقمیں بھی اسی کے بٹوے میں تھیں' اس لیے وہ پریشان ہو جاتے ہیں۔ بوڑھا کچھوا کہتا ہے کہ تم یہیں ٹھہرو میں بٹوہ لے آتا ہوں۔ سب سے چھوٹا کچھوا کہتا ہے کہ تم بہت بوڑھے ہو' تمہارے آنے جانے میں دیر لگ جائے گی' بٹوہ میں لے آتا ہوں۔ یہ کہہ کر وہ چلا جاتا ہے۔

دس دن گزر جاتے ہیں۔ دونوں کچھوے شراب خانے کے باہر جنگلے کے پاس کھڑے ہوئے باتیں کر رہے ہوتے ہیں کہ ''یہ نوجوان کچھوا قابل اعتبار نہیں تھا۔ دیکھا ابھی تک نہیں آیا۔''

وہ یہی باتیں کر رہے ہوتے ہیں کہ جنگلے کے پیچھے سے آواز آتی ہے: ''میں اسی لیے نہیں گیا تھا' بوڑھے خبیثو! تم کسی پر اعتبار ہی نہیں کرتے!''

اتنے ست مت بنو اور التوا میں مت ڈالتے رہو۔

☆☆☆

جب بھی میں آپ کے نزدیک ہوتا ہوں تناؤ کا شکار ہو جاتا ہوں۔

بظاہر اس کی تین وجوہات ہیں: (1) مجھے ایسا محسوس ہوتا ہے جیسے میرا امتحان لیا جارہا ہو پس مجھے چوکس رہنا پڑتا ہے۔ (2) آپ میرا اتنا والہانہ خیرمقدم کرتے ہیں کہ میں بھی بدلے میں کچھ دینے کی خواہش کرتا ہوں اور اسے ناممکن پاتا ہوں۔ (3) میں محسوس کرتا ہوں کہ مجھے آپ سے مزید کچھ پانا ہے اور ڈرتا ہوں کہ اسے کھو نہ بیٹھوں۔"

یہ سوال ڈاکٹر اجیت سرسوتی نے کیا ہے۔ تینوں وجوہات سچی ہیں' اور میں خوش ہوں کہ وہ چوکس اور آگاہ ہے اور اشیاء کے اندر دیکھ سکتا ہے۔ ہاں ساری باتیں درست ہیں۔

جب بھی وہ میرے قریب ہوتا ہے' میں بھی محسوس کرتا ہوں کہ وہ اک ذرا نروس ہے' اندر سے اک ذرا کانپ رہا ہے۔ یہی وجوہات ہیں۔ یہ ٹھیک ہے۔ اس میں کوئی خرابی نہیں ہے۔ انسان کو ایسا ہونا پڑتا ہے۔ اگر تم میری موجودگی کو محسوس کرنے لگو تو تم خلا کو دیکھ سکتے ہو۔ تب کافی زیادہ لمبا پل بنانا ہوتا ہے۔ انسان نروس ہونے لگتا ہے' خواہ ایسا ممکن ہو یا نہ ہو۔ میں تمہیں بہت کچھ دے رہا ہوں' اور جتنا زیادہ تم پاؤ گے' اتنا زیادہ پانے کے اہل ہوگے۔ مزید پانے کا امکان نروس کردیتا ہے کیونکہ یہ ایک ذمہ داری ہے۔ نشوونما ایک ذمہ داری ہے۔ یہ یہاں سب سے بڑی ذمہ داری ہے...... اور پھر یہ خوف کہ کہیں تم موقعہ نہ گنوا دو۔

اور یہ بھی درست ہے کہ جب میں تمہیں کچھ دیتا ہوں تو فی الفور تمہارا دل بھی مجھے بدلے میں کچھ دینے کا کہتا ہے' اور یہ ناممکن ہے۔ میں اسے سمجھتا ہوں۔ تم کیا دے سکتے ہو...... اپنے سوائے؟

تینوں وجوہات درست ہیں' اور یہ اچھا ہے کہ انسان آگاہ ہو جائے۔

☆☆☆

آپ نے میرے لیے بہت کچھ کیا ہے۔ آپ نے کچھ نہیں کہا اور

صرف میرا درد دور کر کے مجھے خوشی دیتے رہے۔ میں آپ کے لیے کیا کرسکتی ہوں؟

یہ سوال امیڈا نے کیا ہے۔ رفتہ رفتہ یہی سوال بہت سے دلوں میں پیدا ہوگا۔ سوال خوبصورت ہے' تاہم اس حوالے سے فکرمند نہ ہونا۔ میرے لیے کچھ کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ صرف ہوؤ' کچھ کرنے کا مت سوچو۔ کرنے کو کچھ نہیں ہے' تاہم تم صرف اپنا ہونے سے مجھے بے حد خوش کرسکتی ہو۔ ایسا نہیں ہے کہ میں اب خوش نہیں ہوں لیکن باغبان کی طرح میں ہر نئے پھول کو کھلتا ہوا دیکھ کر خوش ہوتا ہے۔ جب بھی تم میں سے کوئی ہستی بنتا ہے اور پھولوں کی طرح کھلتا ہے تو میں بے انتہا خوشی محسوس کرتا ہوں۔

جس طرح کوئی مصور مصوری کرتا ہے' بالکل اسی طرح میں تم پر کام کرتا ہوں۔ شاعر نظم لکھتا ہے' میں تمہیں لکھتا ہوں۔ تم میری نظمیں ہو' میرے گلاب ہو' میری تصویریں ہو۔ صرف تصویر کا ہونا کافی ہے' باقی کسی شے کی ضرورت نہیں۔

☆☆☆

مراقبے اور موسیقی کے بارے میں کچھ کہیے۔

یہ دو نہیں ہیں۔ موسیقی مراقبہ ہے — ایک خاص جہت میں قلمایا ہوا مراقبہ۔ مراقبہ موسیقی ہے — بے جہت میں پگھلی ہوئی موسیقی۔ یہ دو نہیں ہیں۔

اگر تم موسیقی سے محبت کرتی ہو تو اس کی وجہ یہ ہے کہ اسے سنتے ہوئے تم ایسا محسوس کرتی ہو کہ مراقبہ رونما ہو رہا ہے۔ تم اس میں کھو جاتی ہو' تم پر اس کا نشہ چھا جاتا ہے۔ تمہارے اردگرد کوئی انجانی شے موجود ہوتی ہے...... بھگوان سرگوشی کرنے لگتا ہے۔ تمہارا دل مختلف آہنگ میں دھڑکنے لگتا ہے' کائنات سے ہم آہنگ۔ دفعتاً کُل کے ساتھ تمہارا گہرا ملاپ ہو جاتا ہے۔ تمہاری ہستی میں ایک لطیف رقص سرایت کر جاتا ہے اور ہمیشہ بند رہنے والے دروازے کھلنے لگتے ہیں۔ تم میں سے ایک نئی ہوا گزرنے لگتی ہے' صدیوں کی گرد اترنے لگتی ہے۔ تمہیں یوں محسوس ہوتا ہے جیسے تم غسل لے چکی ہو' ایک روحانی غسل۔

گویا تم پر بوچھار ہو رہی تھی ــ صاف' تازہ' دوشیزہ۔
موسیقی مراقبہ ہے' مراقبہ موسیقی۔ یہ ایک مظہر تک پہنچنے کے دو دروازے ہیں۔

☆☆☆

آپ کو کرسی پر بیٹھے دیکھ کر میں بوکھلا جاتی ہوں۔ آپ اتنے ناقابل یقین سکون کے ساتھ بیٹھے ہوتے ہیں کہ بالکل بے وزن محسوس ہوتے ہیں۔ آپ کششِ ثقل کے قانون کے ساتھ کیا کر رہے ہیں؟

کشش ثقل کے قانون کے ساتھ کچھ کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ جب تم مراقباتی بن جاتے ہو تو تم پر ایک مختلف قانون اثر انداز ہو جاتا ہے ــ برکت کا قانون۔ تمہیں کوئی شے اوپر کی طرف کھینچنے لگتی ہے۔ جیسے کششِ ثقل تمہیں نیچے کی طرف کھینچتی ہے' بالکل اسی طرح کوئی شے تمہیں اوپر کو کھینچتی ہے۔ کششِ ثقل کے قانون کے ساتھ کچھ کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ تمہیں صرف اپنی ہستی میں ایک نیا دروازہ کھولنا ہوتا ہے' جس سے برکت کا قانون تم پر اثر انداز ہوتا ہے۔



ساتواں باب

یوگا: نئے انسان کی سائنس

یوگا ایک کامل سائنس ہے۔ یہ تمہیں یقین کرنے کا درس نہیں دیتا' یہ تمہیں جاننے کا درس دیتا ہے۔ وہ تمہیں یہ نہیں کہتا: ''اندھے پیروکار بن جاؤ۔'' وہ کہتا ہے: ''اپنی آنکھیں کھولو۔'' وہ تمہیں آنکھیں کھولنے کا طریقہ بھی بتاتا ہے۔ وہ سچ کے بارے میں کچھ نہیں کہتا۔ وہ سب کچھ تمہارے وژن کے بارے میں کہتا ہے۔ وژن کو کیسے پانا ہے' دیکھنے کی صلاحیت کو' آنکھوں کو کیسے پانا ہے' تاکہ جو کچھ موجود ہے' وہ تم پر عیاں ہو جائے۔ یہ تمہارے تصور سے بھی زیادہ ہے۔ یہ لامحدود الوہیت ہے۔

پتانجلی بہت جلدی آ گیا تھا۔ اس کا زمانہ اب بھی نہیں آیا۔ وہ اب بھی اپنے زمانے کا انتظار کر رہا ہے۔ ایسا ہمیشہ ہوتا ہے کہ سچ کا ادراک کرنے والے لوگ اپنے زمانے سے آگے ہوتے ہیں ــ بعض اوقات ہزاروں سال آگے۔ پتانجلی اب بھی زمانے سے آگے ہے۔ پانچ ہزار سال بیت چکے ہیں' اس کا زمانہ ابھی تک نہیں آیا۔ انسان کی داخلی دنیا ابھی تک سائنس نہیں بنی۔ اسے ساری بنیاد دی جا چکی ہے' اسے ساری عمارت دی جا چکی ہے۔ عمارت منتظر ہے کہ انسان نزدیک آئے اور اسے سمجھے۔

پتانجلی ایک دیو ہے' وہ انسان کا عروج ہے۔ اس کی بلندی اتنی زیادہ ہے کہ تم چوٹی کو نہیں دیکھ سکتے' وہ کہیں بادلوں میں پوشیدہ ہے۔ تاہم اس کے حوالے سے ایک بات بالکل واضح ہے۔ اگر تم اپنے الجھاؤ سے نہیں چمٹے رہتے' اگر تم اس کے دکھائے ہوئے راستے پر چلنے کو تیار ہو تو ہر شے بالکل واضح ہے۔ پتانجلی کی کوئی بات مبہم نہیں ہے۔ وہ اسرار کا ریاضی داں ہے۔ وہ غیر منطقی کا منطقی ہے۔ وہ غیر معلوم کا سائنس دان ہے۔ یہ دیکھ

کر حیرت ہوتی ہے کہ ایک انسان نے ساری سائنس کو اکٹھا کر دیا ہے۔ ہر شے پوری ہے' تاہم سائنس منتظر ہے کہ انسان قریب آئے اور اسے سمجھے۔

انسان صرف اسی کو سمجھتا ہے جسے سمجھنا چاہتا ہے۔ اس کی فہم پر خواہشات کا غلبہ ہے۔ اسی لیے پتانجلی' گوتم بدھ' زرتشت' لاؤ تزو جیسے لوگ سوچتے ہیں کہ وہ بہت پہلے آ گئے ہیں۔ کیونکہ انسان اب بھی کھیلنے کو کھلونے مانگ رہا ہے۔ وہ بڑا ہونے کو تیار نہیں ہے۔ وہ بڑا نہیں ہونا چاہتا۔ وہ حماقتوں سے چمٹا ہوا ہے۔ وہ اپنی جہالت میں بہت زیادہ سرمایہ کاری کر چکا ہے اور وہ اپنے آپ کو دھوکا دیے جا رہا ہے۔

بس اپنے آپ کو دیکھو۔ لوگ اپنی خواہشات' اناؤں اور لالچوں کے تحت سوچتے ہیں اور ہر شے پر اسی کا رنگ چڑھ جاتا ہے۔

ملا نصر الدین نے ایک مرتبہ انتخابات میں شرکت کی۔ اسے تین ووٹ ملے۔ اس کی بیوی اس پر برس پڑی: ''میں تو پہلے ہی سے جانتی تھی کہ تم نے دوسری شادی کی ہوئی ہے۔''

ایک ووٹ خود نصر الدین کا اپنا' دوسرا اس کی بیوی کا۔ تیسرا ووٹ کہاں سے آیا؟

حاسد ذہن حسد کے تحت ہی سوچتا ہے۔ ملکیت پسند ذہن ملکیت پسندی کے تحت ہی سوچتا ہے۔ غصیلا ذہن غصے کے تحت ہی سوچتا ہے۔ ہستی آزاد اور مہیا ہے۔ یہ ہے یوگا کا فہم: ہستی ہر شخص کے لیے مہیا ہے۔ تم جو بننا چاہتے ہو' بن سکتے ہو۔ ہر شے تیار ہے۔ کسی کے اجازت دینے کا انتظار مت کرو۔

یوگا مراقباتی ہے۔ یوگا کو ان لوگوں نے وضع کیا تھا' جو سارے عقیدوں کا انکار کرنے کا حوصلہ رکھتے تھے۔ تم اس سرد کائنات میں تنہا ہو۔ تنہا ہونا بہت بڑی ذمہ داری ہے۔ تمہی نے اپنی ہستی کی حرارت کو تخلیق کرنا ہے۔ یوگا کا مفہوم یہی ہے۔ کائنات سرد ہے۔

یوگا کہتا ہے سچ کا ادراک کرو کہ تم تنہا ہو۔ تمہیں ہستی دی گئی ہے۔ اب تمہیں اس میں معنی بھرنے ہیں۔ معنی پہلے سے نہیں دیئے گئے۔

مغرب کے وجودیت پسند جو کہتے ہیں پتانجلی اس سے مکمل طور پر اتفاق کرے

گا۔ وجودیت پسند کہتے ہیں کہ وجود جوہر پر فوقیت رکھتا ہے۔ آؤ میں اس کی وضاحت کرتا ہوں۔

ایک چٹان کو دیکھو۔ اس کا جوہر دیا جا چکا ہے' اسے پہلے سے دیا جا چکا ہے۔ اس کا وجود ہی اس کا جوہر ہے۔ چٹان نشوونما نہیں پاتی۔ یہ جو ہو سکتی ہے' پہلے ہی سے ہے۔ تاہم انسان مختلف ہوتا ہے۔ انسان پیدا ہوتا ہے' اسے اس کا وجود دیا جاتا ہے۔ لیکن جوہر ابھی نہیں دیا گیا ہوتا۔ وہ ایک خالی پن کے ساتھ آتا ہے۔ اب اسے اپنی کوشش سے اس خالی پن کو بھرنا ہے۔ اسے معنی کو تخلیق کرنا ہوتا ہے۔ اسے اندھیرے میں ٹٹولنا ہوتا ہے۔ اسے زندگی کے معانی ڈھونڈنا ہوتے ہیں۔ اسے دریافت کرنا ہوتا ہے' اسے تخلیقی ہونا پڑتا ہے۔ ہستی دی ہوئی ہے' جوہر کو تخلیق کرنا ہے۔ تم جس طرح جیتے ہو' ہر لحہ اپنا جوہر تخلیق کرتے ہو۔ اگر تم اسے تخلیق نہیں کرتے تو تم اس سے محروم رہتے ہو۔

لوگ مجھ سے پوچھتے ہیں: ''زندگی کا مفہوم کیا ہے؟'' گویا زندگی کے معانی کہیں لکھے ہوئے ہیں۔ معانی کہیں لکھے ہوئے نہیں ہیں' کہیں دیئے نہیں گئے ہیں' انہیں تخلیق کرنا ہوتا ہے۔

یہی خوبصورتی ہے۔ اگر معانی پہلے سے دیئے گئے ہوتے تو انسان ایک چٹان ہوتا۔ تب نشوونما کا کوئی امکان نہیں تھا' جاننے کا کوئی امکان نہیں تھا' ایڈونچر کا کوئی امکان نہیں تھا۔ درحقیقت ہر شے بند ہوتی — چٹان ہر سمت سے بند ہوتی ہے۔ یہ جو ہو سکتی ہے' پہلے ہی ہوتی ہے' تاہم انسان تیار نہیں ہے...... صرف ایک امکان' لرزتا ہوا امکان' محدود مستقبل کے ساتھ' ایک ہزار ایک متبادلوں کے ساتھ۔ اس کا انحصار تم پر ہے کہ تم کیا اور کون بنتے ہو۔

تم ذمہ دار ہو۔ صرف انتہائی مضبوط انسان تنہا کھڑا ہو سکتا ہے۔ تاہم یوگا کا بنیادی تقاضا ہی یہ ہے کہ تم تنہا کھڑے ہو اور یہ کہ تمہیں ادراک ہو کہ معنی دیئے نہیں گئے۔ تمہیں معنی ڈھونڈنے ہیں۔ تمہیں ان کو تخلیق کرنا ہے۔ تمہاری زندگی کو معنی ملیں گے' تاہم وہ معنی خود تمہیں اپنی کوشش سے دریافت کرنا ہوں گے۔ تم جو کچھ کرو گے' وہ تمہیں عیاں کرتا چلا جائے گا۔ ہر عمل تمہاری زندگی' تمہارے وجود کو زیادہ سے زیادہ با معنی بنائے گا۔

سگمنڈ فرائیڈ نے ایک کتاب لکھی ہے۔ اس کتاب کا نام بہت اہم ہے: ''دی فیوچر آف این الیوژن''۔ یہ کتاب مذہب کے بارے میں ہے۔ اگر فرائیڈ کو پتانجلی کا علم ہوتا تو وہ کبھی یہ کتاب نہ لکھتا۔ کیونکہ مذہب وہم کے بغیر وجود پذیر ہوسکتا ہے۔ فرائیڈ کے نزدیک مذہب کا مطلب عیسائیت اور یہودیت تھا۔ اسے مشرق کے مذہبوں کی گہرائیوں کا علم نہیں تھا۔ مغربی مذاہب کم و بیش سیاسی ہیں۔ ان کا بہت کچھ بہرحال مذہبی نہیں ہے' وہ سطحی ہیں۔ مشرقی مذہب بہت گہرائی تک جاچکے ہیں۔ یہ ایسی گہرائی ہے جہاں پہنچ کر تم کہہ سکتے ہو کہ انحصار کی ضرورت نہیں ہے۔ جب بھی تمہیں انحصار کرنے کی ضرورت محسوس ہوتی ہے' تم ایک وہم کو تخلیق کر لیتے ہو۔

سرد کائنات میں تنہا ہونے کا ادراک انسان کو عظیم ذمہ داری دیتا ہے۔ انسان خوفزدہ ہوجاتا ہے' لرزنے لگتا ہے۔ کرب ابھرتا ہے' ایک عظیم اضطراب اس حقیقت سے جنم لیتا ہے کہ تمہیں تنہا چھوڑ دیا گیا ہے۔

لوگ اپنے اپنے انداز سے تعبیریں کرتے رہتے ہیں۔ یوگا کہتا ہے کہ تم اپنی تمام تعبیروں کو ترک کردو' اپنی آنکھوں پر سے مفروضوں کی گرد صاف کردو' سیدھا دیکھو' واضح دیکھو' صاف دیکھو۔ اپنے شعلے کو دھوئیں کے بغیر جلنے دو اور جو کچھ ہے اسے دیکھو۔

دو آدمی پارک میں اپنی بیویوں کے بارے میں باتیں کررہے تھے۔

ایک نے کہا: ''میری بیوی وینس ڈی مائلو جیسی ہے۔''

دوسرا بولا: ''تمہارا مطلب ہے اس کا جسم سانچے میں ڈھلا ہوا ہے اور وہ ننگی رہتی ہے؟''

''نہیں' وہ آثار قدیمہ کا ایک نمونہ ہے۔''

اب دوسرے نے اپنی بیوی کے بارے میں کہا: ''مجھے اس کو دیکھ کر مونا لیزا کا خیال آتا ہے۔''

پہلا بولا: ''کیا تمہارا مطلب یہ ہے کہ وہ فرانسیسی ہے اور اس کی مسکراہٹ بہت خوبصورت ہے۔''

''نہیں' وہ کینوس کی طرح سپاٹ ہے اور اس کا مقام کوئی عجائب گھر

ہے۔''

لوگ تعبیریں کررہے ہیں۔

ان کے معنی سنو' ان کے لفظ مت سنو۔ ان کی داخلی ہستی کو سنو' ان کی باہر والی آوازیں مت سنو۔ جو وہ کہہ رہے ہیں' اہم نہیں ہے...... جو وہ ہیں' اہم ہے۔

تمہارا بھگوان' تمہاری پوجا' اہم نہیں ہے۔ تمہارے مندر' تمہارے معبد اہم نہیں ہیں' صرف تم اہم ہو۔ مذہب خوف سے ممکن نہیں ہے۔ مذہب فہم سے ممکن ہے۔ یہی پتانجلی کہتا ہے۔

ایک بچہ سکول دیر سے پہنچا۔ استانی نے پوچھا: ''تم دیر سے کیوں آئے ہو؟''

اس نے کہا: ''سڑک پر ایک سائن بورڈ لگا ہوا تھا......''

استانی نے جھلا کر اس کی بات کاٹی: ''یہ سائن بورڈ کہاں سے آگیا؟''

لڑکا ہکلاتا ہوا بولا: ''وہ ...... جی ...... میں ...... اس پر لکھا تھا آگے سکول ہے' آہستہ چلیں۔''

اس کا انحصار تم پر ہے کہ پتانجلی کو پڑھتے ہوئے تم کیا مطلب نکالتے ہو۔ جب تک تم اپنے آپ کو پیچھے نہیں چھوڑو گے' تم گمراہ ہی رہو گے۔ فہم اسی وقت ممکن ہے' جب تم مکمل طور پر غیر حاضر ہوتے ہو۔ تم مداخلت نہیں کرتے' تم تعبیریں نہیں کرتے' تم رنگ نہیں دیتے۔ تم صرف دیکھتے ہو' بغیر کسی خیال' بغیر کسی تعصب کے۔

پتانجلی کہتا ہے کہ جب کوئی شے وقوع پذیر ہوتی ہے تو اس کا قانون لازمی ہوتا ہے۔ ہوسکتا ہے قانون غیر معلوم ہو' ہوسکتا ہے تم سے غیر آگاہ ہو' تاہم قانون موجود ہوتا ہے۔

اگر تم زیریں عمل کو بدل دو گے تو ظاہری صورت بدل جائے گی۔ ہوسکتا ہے تم

زیریں عمل سے واقف نہ ہو' ہوسکتا ہے تم صرف ظاہری صورت دیکھتے ہو۔ چونکہ تم ظاہری صورت دیکھتے ہو' اور گہرائی میں نہیں جاسکتے اور زیریں عمل کو' بنیادی قانون کی زیریں لہر کو نہیں دیکھ سکتے' اس لیے تم شعبدے بازی کہہ دیتے ہو۔ کوئی شعبدہ نہیں ہوتا۔

مثال کے طور پر مغرب کے کیمیا دانوں نے عام دھات کو سونا بنانے کی کوششیں صدیوں کیں۔ ان میں سے کچھ کامیاب بھی ہوگئے۔ سائنس دان ہمیشہ اس بات کو ماننے سے انکار کرتے تھے' تاہم اب وہ خود اس میں کامیاب ہوگئے ہیں۔ اب تم انکار نہیں کرسکتے — اب ہم زیریں عمل کو جانتے ہیں۔ اب فزکس کہتی ہے کہ ساری دنیا ایٹموں پر مشتمل ہے اور ایٹم الیکٹرانوں پر مشتمل ہیں۔ پھر سونے اور لوہے میں کیا فرق ہے؟ فرق بنیادی حقیقت میں نہیں ہے۔ دونوں الیکٹرانوں کی حامل دھاتیں ہیں۔ پھر فرق کیا ہے؟ پھر وہ کیوں مختلف ہیں؟ سونا اور لوہا — مختلف ہوتے ہیں۔ فرق کیا ہے؟ فرق صرف ساخت کا ہے' بنیادی مادے کا نہیں۔

بعض اوقات الیکٹرون زیادہ ہوتے ہیں' بعض اوقات کم — یہی فرق ہے۔ کمیت فرق پیدا کرتی ہے کیونکہ مادہ تو ایک ہی ہے۔ ساخت مختلف ہے۔ تم ایک جیسی اینٹوں سے ہر طرح کے مکان بنا سکتے ہو۔ اینٹیں ایک سی ہوتی ہیں۔ تم ان سے کسی غریب کا مکان بھی بنا سکتے ہو اور بادشاہ کا محل بھی — اینٹیں یکساں رہتی ہیں۔ بنیادی حقیقت ایک رہتی ہے۔ اگر تم چاہو تو غریب کا مکان محل بن سکتا ہے اور محل غریب کا مکان۔

پتانجلی کا بنیادی سوترا یہی ہے۔ پس اگر تم زیریں عمل کو سمجھ لو تو تم ایسے کام کرنے پر قادر ہو جاؤ گے جو عام لوگ نہیں کرسکتے۔

☆☆☆

اگر تم دو سوچوں کے درمیان نرودھ کو دیکھتے رہو' اور وقفوں کو جمع کرتے رہو جسے پتانجلی سمادھی کہتا ہے' تب تمہارے اندر ایسی صورتحال پیدا ہوگی جس میں تم ایک اور یک سو ہو گے — ایکاگرت۔

مغرب میں ایک نہایت نادر شخص گزرا ہے' جس کا نام سوئیڈنبرگ تھا۔ اس نے ایک مشہور پادری ویزلے کو خط لکھ کر اس سے کہا: ''میں نے روحوں کی دنیا میں افواہ سنی ہے

کہ آپ مجھ سے ملنا چاہتے ہیں۔'' ویزلے حیران رہ گیا کیونکہ واقعی وہ اس سے ملنے کا سوچ رہا تھا لیکن اس نے کسی کو بھی اس بارے میں نہیں بتایا تھا۔ اس کو اس بات پر یقین نہیں آسکا۔ اس نے سویڈنبرگ کو جوابی خط میں لکھا: ''میں حیران ہوں۔ میں نہیں جانتا کہ روحوں کی دنیا سے تمہاری کیا مراد ہے' مجھے نہیں پتا کہ تمہارے افواہ سننے کا مطلب کیا ہے' تاہم یہ بات یقینی ہے کہ میں تم سے ملنے کا سوچ رہا تھا — اور میں نے کسی کو بھی اس بارے میں نہیں بتایا تھا۔ میں فلاں تاریخ کو تم سے ملنے آرہا ہوں۔'' سوئیڈنبرگ نے اسے خط لکھا: ''مجھ سے تمہاری ملاقات ممکن نہیں ہے کیونکہ میں نے روحوں کی دنیا میں افواہ سنی ہے کہ ٹھیک اسی تاریخ کو میں مرجاؤں گا۔'' ایسا ہی ہوا' وہ ٹھیک اسی تاریخ کو مر گیا تھا۔

سویڈنبرگ ایک مرتبہ اپنے دوستوں کے ساتھ ایک تفریحی مقام پر گیا ہوا تھا۔ ایک دن اس نے اچانک زور زور سے کہنا شروع کردیا: ''آگ' آگ۔'' اس کے دوست حیران رہ گئے کہ اس چھوٹی سی ساحلی بستی میں کہاں آگ لگی ہے۔ آگ کہیں نہیں لگی تھی۔ اس لیے انہوں نے اس سے پوچھا کہ یہ کیا معاملہ تھا؟ سویڈنبرگ نے کہا کہ یہاں سے تین سو میل دور واقع ایک قصبے میں اس وقت آگ لگی ہوئی ہے۔ ایک گھوڑسوار کو بھیج کر معلوم کیا گیا تو واقعی اس وقت وہاں نہ صرف آگ لگی ہوئی تھی بلکہ لوگوں نے ''آگ۔ آگ'' کی آواز بھی سنی تھی۔

سویڈن کی ملکہ کو اس میں دلچسپی پیدا ہوگئی۔ اس نے سویڈنبرگ سے پوچھا: ''کیا تم مجھے ثبوت دے سکتے ہو کہ روحوں کی دنیا سے تمہارا رابطہ ہے؟'' اس نے اپنی آنکھیں بند کرلیں اور بولا: ''آپ کے محل میں......'' اور وہ کبھی اس کے محل میں نہیں گیا تھا کیونکہ وہ کوئی ایسی عوامی جگہ نہیں تھا کہ جہاں ہر شخص آجاسکے...... اس نے کہا: ''فلاں کمرے میں' فلاں دراز کو' جو کہ مقفل ہے' اور چابی کسی دوسرے کمرے میں ملے گی' کھولو۔ آپ کے خاوند نے آپ کے لیے ایک خط اس میں رکھا ہے۔'' ملکہ کے خاوند کو مرے ہوئے تقریباً بارہ سال ہوچکے تھے...... ''اور خط میں یہ پیغام درج ہے۔'' اس نے پیغام لکھ دیا۔ چابی ڈھونڈ کر کمرے میں جاکر دراز کھولی گئی تو اس میں ایک خط موجود تھا اور اس پر وہی الفاظ درج تھے جو سویڈنبرگ نے لکھے تھے۔

پتانجلی کہتا ہے کہ نرودھ مکمل ہوجائے تو سمادھی بن جاتا ہے۔ اگر سمادھی حاصل ہوجائے تو انسان یکسو ہوجاتا ہے' شعور ایک تلوار بن جاتا ہے اور تمہیں ماضی اور مستقبل کا علم حاصل ہوجاتا ہے کیونکہ تمہارے لیے وقت معدوم ہوجاتا ہے اور تم ابدیت کا حصہ بن جاتے ہو۔ تب تمہارے لیے ماضی ماضی نہیں رہتا اور مستقبل مستقبل نہیں رہتا۔ تب تمہارے لیے سب کچھ بیک وقت مہیا ہو جاتا ہے۔

تاہم یہ کوئی معجزہ نہیں ہوتا' یہ تو ایک سادہ سا قانون ہے — ایک بنیادی قانون۔ انسان کو اسے سمجھنا اور استعمال کرنا ہوتا ہے۔

☆☆☆

پتانجلی کہتا ہے کہ اگر تم دھرنا' دھیان اور سمادھی کے ذریعے سنیم پالو تو تم ہر جاندار مخلوق کی — جانوروں اور پرندوں کی — بولیاں سمجھنے پر قادر ہوجاتے ہو۔

مغرب میں سینٹ فرانسس کی کہانیاں مشہور ہیں کہ وہ پرندوں سے گفتگو کرتا تھا۔ یہاں تک کہ وہ گدھے سے بھی گفتگو کرتا اور کہتا تھا: ''برادر گدھے۔'' وہ جنگل چلا جاتا اور پرندوں سے گفتگو کرتا تھا اور پرندے اس کے اردگرد اکٹھے ہوجاتے تھے۔ ایک مرتبہ اس نے دریا کے کنارے پر کھڑے ہوکر آواز دی:

''بہنو'' — جیسا کہ وہ مچھلیوں کو کہا کرتا تھا — اور ہر طرف بے شمار مچھلیوں نے اس کی باتیں سننے کے لیے سر پانی سے ابھار لیے تھے۔ اسے بے شمار لوگوں نے ایسا کرتے دیکھا تھا۔

لقمان' جس نے یونانی طبی نظام تخلیق کیا تھا درختوں کے پاس جاتا اور ان سے پوچھتا تھا: ''تمہیں کس بیماری کے لیے استعمال کیا جاسکتا ہے؟'' اور درخت جواب دیا کرتے تھے۔ اس نے اتنی زیادہ ادویات بیان کی ہیں کہ سائنس دان حیران ہیں کیونکہ اس زمانے میں تجربات کا کوئی انتظام نہیں ہوتا تھا' تجربے ممکن ہی نہیں تھے۔ یہ ابھی کل ہی کی بات ہے کہ ہم اشیاء کے خواص سے واقف ہونے لگے ہیں' جبکہ وہ پہلے ہی انہیں بیان کرگیا ہے۔

پتانجلی کہتا ہے کہ یہ بھی معجزہ نہیں ہے۔ اگر تم ارتکاز کرو' تم یکسو ہوجاؤ اور آواز کو

ہر خیال سے خالی ہوکر سن سکو تو آواز اپنے پیچھے موجود سچ کو عیاں کردے گی۔ یہ بولی جاننے کا سوال نہیں ہے' یہ تو خاموشی کو سمجھنے کا سوال ہے۔ اگر تم خاموشی میں ہو تو تم خاموشی کو سن سکتے ہو۔ عمومی طور پر یہ ہوتا ہے کہ اگر تم انگریزی جانتے ہو تو تم انگریزی سمجھ سکتے ہو' اگر تم فرانسیسی جانتے ہو تو تم فرانسیسی سمجھ سکتے ہو۔ اگر تم خاموش ہو تو اس وقت بھی یہ کلیہ صادق آتا ہے۔ تم خاموشی کو سمجھ سکتے ہو۔ خاموشی' جو کہ کُل کی بولی ہے۔

انسان یکسو ہو تو مطلق طور پر خاموش ہوجاتا ہے۔ اس مطلق خاموشی میں' ہر شے منکشف ہوتی ہے۔ پتانجلی سائنس کا آدمی ہے۔ اس میں جادو جیسی کوئی بات نہیں ہے' یہ تو سادہ ہے۔

> میں ایک بار ملا نصرالدین کے گھر میں اس کے بیٹے کے ساتھ بیٹھا ٹی وی دیکھ رہا تھا جبکہ ملا نصرالدین اپنی بیوی کے ساتھ باورچی خانے میں برتن دھو رہا تھا۔ اچانک برتن گر کر ٹوٹنے کی آواز آئی۔ پھر سکوت طاری ہوگیا۔
>
> نصرالدین کا بیٹا بولا: ''یہ برتن میری ماں سے ٹوٹے ہیں۔''
>
> میں نے حیران ہوکر پوچھا کہ اسے وہیں بیٹھے کس طرح پتا چلا تو وہ بولا: ''اس کی وجہ یہ ہے کہ برتن گرنے کے بعد میری ماں بولی نہیں ہے۔''

ایسا طریقہ ہے کہ جب کچھ نہ کہا گیا ہو تو بات سمجھ میں آجاتی ہے — کیونکہ خاموشی بھی کچھ کہتی ہے۔ خاموشی خالی نہیں ہوتی ہے۔ خاموشی کے اپنے پیغامات ہوتے ہیں۔ چونکہ تم خیالات سے بہت زیادہ بھرے ہوئے ہو' اس لیے تم اندر کی مدھم سی' خاموش آواز کو سننے سے قاصر ہو۔

کوئل کی کوکو سنو۔ پتانجلی کہتا ہے کہ اس قدر مراقباتی انداز میں سنو کہ خیالات معدوم ہوجائیں — نرودھ رونما ہوجائے۔ کوئی خیال نہیں ہوتا' کوئی توجہ ہٹانے والا نہیں ہوتا' یکسوئی ابھرتی ہے۔ دفعتاً تم کوئل سے ایک ہوجاتے ہو۔ تم سمجھنے لگتے ہو کہ وہ کیوں پکار رہی ہے' کیونکہ ہم ایک کُل کے حصے ہیں۔ کوئل کے نغمے میں معانی نہاں ہیں۔ اگر تم

خاموش ہوتو انہیں سمجھنے کے اہل ہوتے ہو۔

پتانجلی کہتا ہے کہ آواز' اس کا مقصد اور اس کے پیچھے موجود تصور ذہن میں الجھی ہوئی حالت میں ہوتے ہیں۔ آواز پر سنیم کرنے سے وہ الگ الگ ہوجاتے ہیں اور یوں کسی بھی جاندار مخلوق کی آواز کے معانی سمجھ میں آجاتے ہیں۔

ملا نصرالدین نے ایک مرتبہ نیلامی میں ایک طوطا خریدا۔ طوطا اس کی توقع سے زیادہ قیمت میں ملا۔ تاہم چونکہ اس کی بیوی کی شدید خواہش تھی کہ گھر میں ایک طوطا ہونا چاہیے اس لیے اس نے زیادہ سے زیادہ بولی دے کر اسے خرید لیا تھا۔

جب وہ نیلامی والے سے طوطا لینے لگا تو اس نے پوچھا: ''کیا یہ طوطا بولتا بھی ہے؟''

نیلامی والا بولا: ''ارے ایسا ویسا' آپ کے مقابلے میں یہی تو بولی لگا رہا تھا۔''

تاہم اپنے خیالوں سے ہم اتنے مغلوب ہوتے ہیں کہ کون سنتا ہے؟ طوطوں کی کون سنتا ہے؟ لوگ تو اپنے محبوبوں کی نہیں سنتے۔ بیوی کی کون سنتا ہے؟ شوہر کی کون سنتا ہے؟ باپ کی یا اولاد کی کون سنتا ہے؟

لوگ اپنے سروں میں اتنے مغلوب ہیں کہ سننے کا کوئی امکان نہیں ہے۔ سننے کے لیے خاموشی ضروری ہوتی ہے۔ سننے کے لیے توجہ ضروری ہوتی ہے۔ سننے کے لیے ایک گہری انفعالیت کی ضرورت ہوتی ہے۔ یہ غیر حاضر دماغی نہیں ہوتی — یہ توجہ سے معمور ہوتی ہے' آگاہی سے' روشنی سے معمور ہوتی ہے۔

☆☆☆

جب پتانجلی کے بقول ایکاگرت پرینام رونما ہوتا ہے یعنی تمہارا شعور یکسو ہوجاتا ہے تو تم اپنے ماضی کے تاثرات کو دیکھ سکتے ہو۔ تم پیچھے اور اپنی ماضی کی زندگیوں میں جاسکتے ہو۔ یہ بڑی اہم بات ہے کیونکہ جب تم ایک مرتبہ اپنی ماضی کی زندگیوں کا مشاہدہ

کرلیتے ہوتو تم فوراً مختلف ہوجاتے ہو۔ ایسا اس لیے ہے کہ تم بھلا چکے ہو کہ تم پہلے زندہ رہ چکے ہو' تم پرانی بکواسیات کو دہرائے چلے جارہے ہو۔

اگر تم پیچھے دیکھ سکوتو تم اسی پیٹرن کو دوبارہ دیکھ سکتے ہو...... کہ تم حاسد تھے' ملکیت پسند تھے' نفرت اور غصے سے بھرے ہوئے تھے' تم لالچی تھے' تم دنیاوی اعتبار سے طاقتور بننے کی کوشش کررہے تھے' تم دولت اکٹھی کرنے کی کوشش کررہے تھے' تم انا پرست تھے اور یہ کہ تم ہمیشہ ناکام ہوتے رہے' ہمیشہ موت آئی اور جو کچھ تم کررہے تھے ختم ہوگیا' پھر تم نے وہی کھیل دوبارہ شروع کردیا۔ ماضی کو جہالت نے چوس لیا ہوتا ہے' ایک پردہ گرتا ہے اور تم پیچھے نہیں جاسکتے۔

ماضی کی زندگیوں میں جانا ممکن ہے۔ گوتم بدھ نے اپنی ماضی کی زندگیوں کی کہانیاں سنائی ہیں — جاتک کہانیاں — یہ سحرآفریں کہانیاں ہیں۔ ہر کہانی اہم ہے— کیونکہ یہ انسان کی کہانی ہے' انسان کی حماقت کی' لالچ کی' حسد کی' غصے کی' رحم کی' محبت کی۔

اگر تم پیچھے دیکھ سکوتو یہ عمل تمہارے مستقبل کو بدل دے گا۔ تم پہلے جیسے نہیں رہو گے۔

ایک ستر سالہ بوڑھے کو ہوائی جہاز میں سیر کرنے کا شوق چرایا۔ اس نے ایک ہوائی جہاز کرائے پر لیا۔ جب سیر کے بعد پائلٹ نے ہوائی جہاز زمین پر اتارا تو بوڑھے نے اسے کہا: ''دو ہوائی سیریں کروانے کا شکریہ!''

پائلٹ حیرانی سے بولا: ''دو ہوائی سیریں — وہ کیسے؟''

بوڑھے نے جواب دیا: ''میری پہلی سیر اور میری آخری سیر۔''

تجربہ کایا پلٹ دیتا ہے' تاہم تمہاری کایا پلٹنے کے لیے تجربے کا شعوری ہونا ضروری ہے۔ غیر شعوری تجربہ تمہیں بدل نہیں سکتا۔ تم اسی پیٹرن کو جی چکے ہو' جو کہ تم اب جی رہے ہو — ایک سے زیادہ مرتبہ — تاہم اسے فراموش کیے رکھتے ہو۔ تم پرانے ڈھرے پر یوں چل دیتے ہو گویا یہ نیا راستہ ہے۔ تم بہت مرتبہ محبت کرچکے ہو' اور بہت مرتبہ تم اضطراب کا شکار ہوچکے ہو۔ تم پرانے راستوں پر ہی چل رہے ہو۔

ہوسکتا ہے تمہارا جسم نیا ہو' تاہم تمہارا ذہن نیا نہیں ہے۔ تمہارا جسم بالکل ایک نئی بوتل کی طرح ہے' اور تمہارا ذہن ایک بہت پرانی شراب ہے۔ بوتلیں بدلتی جارہی ہیں جبکہ شراب وہی ہے۔

پتانجلی کہتا ہے کہ اگر تم یکسو ہوجاؤ تو تم اپنی پہلے والی ساری زندگیوں کو دیکھنے کے اہل ہوجاؤ گے' اور تم یکسو ہوسکتے ہو کیونکہ اس میں کوئی راز نہیں ہے' بس کوشش کی ضرورت ہے' استقلال کی ضرورت ہے' تحمل کی ضرورت ہے۔ تم اپنی سابقہ زندگیوں کو دیکھو گے تو سارا پیٹرن منہدم ہوجائے گا۔ یہ ایک فطری قانون ہے۔

مسئلہ اس لیے پیدا ہوتا ہے کیونکہ تم بے شعور ہو۔ مسئلہ اس لیے پیدا ہوتا ہے کہ تم بار بار جی اور مر رہے ہو تاہم ہر مرتبہ پردہ گرتا ہے اور تمہارا اپنا ماضی تم سے چھپ جاتا ہے۔ تم ایک آئس برگ کی طرح ہو' سطح پر صرف ایک چھوٹا سا حصہ جبکہ بڑا حصہ سطح کے نیچے۔ اس وقت تمہاری شخصیت صرف سطح پر نظر آنے والا ایک چھوٹا سا حصہ ہے۔ تمہارا سارا ماضی سطح کے نیچے ہے۔ ایک مرتبہ اس سے آگاہ ہوجاؤ تو کسی شے کی ضرورت نہیں ہوگی۔ یہی آگاہی انقلاب بن جائے گی۔

تم بھولے ہوئے ہو کہ تم کون ہو۔ تم چالاکی کے ساتھ اشیاء کو بھول جاتے ہو۔ نفسیات دان کہتے ہیں کہ جو شے دکھ دینے والی ہوتی ہے' انسان اسے بھلا دیتا ہے۔ ایسا نہیں ہوتا کہ تم اسے حقیقتاً بھلا دیتے ہو' وہ تمہارے لاشعور کا حصہ بن جاتی ہے۔ گہری نیند میں وہ ابھر آتی ہے۔ گہری نیند میں ہر شے ابھر آتی ہے۔

مثال کے طور پر اگر میں تم سے پوچھوں کہ تم نے یکم جنوری 1961ء کو کیا کیا تھا تو تم یاد نہیں کرسکو گے۔ یقیناً تم یکم جنوری 1961ء کو زندہ تھے۔ تاہم تم نے اس دن صبح سے شام تک جو کچھ کیا تھا' تمہیں یاد نہیں ہے' اگر تم کسی ہپناٹسٹ کے پاس جاؤ اور اسے کہو کہ وہ تمہیں ہپناٹائز کردے۔ گہرے ہپناسس میں وہ تم سے پوچھے گا:

''تم نے یکم جنوری 1961ء کو کیا کیا تھا؟'' اور تم ساری تفصیلات بیان کردو گے — کہ تم صبح کے وقت سیر کرنے گئے تھے۔ سماں بہت خوبصورت تھا' گھاس پر شبنم چمک رہی تھی۔ تمہیں صبح کی ٹھنڈک اب بھی یاد ہوگی۔ تم اس خوشبو کو یاد کرسکو گے جو تم نے

اس دن سونگھی تھی — اور ابھرتا ہوا سورج۔ تمہیں سب کچھ یاد ہوگا۔ جب تمہیں ہپناسس سے باہر لایا جائے گا تو تم دوبارہ سب کچھ بھول چکے ہوگے۔

ایسا لگتا ہے کہ سب کچھ یاد کرنا تمہارے لیے مشکل ہوتا ہے' یہ ایک بوجھ بن جاتا ہے' پس تم اسے شعور کے تہہ خانے میں پھینک دیتے ہو۔ تہہ خانے کی تلاشی لینا ہوگی کیونکہ اس میں خزانے بھی چھپے ہوئے ہیں اور تہہ خانوں کی تلاشی اس لیے بھی لینی چاہیے کیونکہ ان کی تلاشی لینے سے تمہیں اپنی حماقت کا علم ہوگا کہ تم مسلسل دہرائے جارہے ہو۔ تہہ خانے کو سمجھنے سے وہ تمہاری ہستی کی بالائی منزل بن جاتا ہے۔

جدید نفسیات کہتی ہے کہ شعور کے ساتھ ساتھ لاشعور بھی ہوتا ہے۔ یوگا نفسیات کہتی ہے کہ ایک اعلیٰ شعور بھی ہوتا ہے۔ تم فرشی منزل پر رہتے ہو' یہ شعور ہے۔ اس کے نیچے ایک عظیم تہہ خانہ ہے' یہ لاشعور ہے — سارا ماضی۔

جب میں سارا ماضی کہتا ہوں تو اس سے میری مراد تمہاری ساری زندگیاں ہوتی ہیں — انسانوں' جانوروں' پرندوں' درختوں' پودوں' چٹانوں اور دھاتوں کی حیثیت سے تمہاری زندگیاں — عین ابتدا سے' عین بے ابتدا ابتدا سے۔ وہ سب کچھ جو تم پر گزرا ہے' تہہ خانے میں جمع ہے۔ اسے کھنگالنا ہوگا۔

اسے جاننے سے تمہیں اعلیٰ شعور تک پہنچنے والے زینے کی چابی ملتی ہے۔

پتانجلی کہتا ہے کہ ایسا صرف ایک سادہ سے قانون کی وجہ سے ہوتا ہے۔ قانون یہ ہے کہ تم یکسو ہوجاؤ۔ معجزہ صرف ایک ہے کہ تم یکسو ہوجاؤ۔

یہ تمام سوترا آئندہ کی ایک سائنس کی بنیاد ہیں۔ اب مغرب میں بنیادی کام کا آغاز ہوچکا ہے۔ پیرا نارمل کے لیے' حواس سے ماورا کے لیے بہت کچھ کیا جارہا ہے۔ تاہم ابھی ہر شے اندھیرے میں ہے' لوگ ٹامک ٹوئیاں مار رہے ہیں۔ جب چیزیں زیادہ واضح ہوجائیں گی' تب پتانجلی کو انسانی شعور کی تاریخ میں اس کا صحیح مقام مل جائے گا۔ وہ بے مثل — پہلا سائنس دان' جو کسی وہم کو نہیں مانتا' اور جس نے ہر شے کو سائنسی قانون کے تابع بنا دیا تھا۔

اگر تم ماضی کے نقوش دیکھ سکو تو تمہیں کوکھ میں گزارے ہوئے دن بھی یاد

آ جائیں گے۔ پھر تم اس سے زیادہ گہرا جانا اور اپنی گزشتہ زندگی کو یاد کرنا۔ اگر تم ایک زندگی کی تفصیل سے آگاہ ہو جاؤ گے تو تمہیں چابی مل جائے گی اور پھر تم ماضی کے سارے دروازوں کو کھول سکو گے۔

ماضی کے دروازوں کو کیوں کھولا جائے؟ اس لیے کہ ماضی میں مستقبل چھپا ہوا ہے۔ اگر تم اپنا ماضی جان جاؤ گے تو تم اسے مستقبل میں نہیں دہراؤ گے۔ اگر تم ماضی کو نہیں جانو گے تو تم اسے مسلسل دہراتے چلے جاؤ گے۔ ماضی کا علم ہی ایک ضمانت بن جاتا ہے کہ اب تم مستقبل میں اسے دہراؤ گے نہیں۔ مستقبل میں تم ایک بالکل نئے انسان ہو گے۔

یوگا نئے انسان کی سائنس ہے۔



آٹھواں باب

نہیں سے ہاں کی طرف

اوشو! آپ نے ایک مرتبہ سارتر کے حوالے سے کہا تھا کہ جب اس سے ایک انٹرویو میں پوچھا گیا "آپ کی زندگی میں سب سے اہم چیز کون سی ہے؟" تو اس نے جواب دیا تھا: "ہر شے — محبت کرنا' جینا' تمباکو نوشی کرنا۔" اور پھر آپ نے کہا تھا کہ وہ بہت زین جیسا ہے۔ کیا سارتر زین شعور کا حامل تھا؟

میں نے اسی لیے بہت زین جیسا کہا تھا۔ حقیقتاً زین نہیں' بلکہ بہت زین جیسا۔ وجودیت زین بننے کے کنارے پر ہے۔ تاہم یہ جہاں ہے وہیں چپکی ہوئی ہے لہٰذا یہ زین نہیں بنے گی' لیکن یہ چھلانگ لگا سکتی ہے اور زین بن سکتی ہے۔ سارتر وہاں کھڑا ہے جہاں گوتم بدھ گیان پانے سے پہلے کھڑا تھا' تاہم گوتم بدھ مستقبل کی طرف کشادہ تھا۔ وہ ہنوز تلاش میں تھا: وہ ہنوز سفر میں تھا۔ سارتر اپنی منفیت میں ساکت ہو چکا ہے۔

منفیت ضروری ہے لیکن کافی نہیں ہے۔ یہی وجہ ہے کہ میں کہا کرتا ہوں کہ جب تک تم بھگوان کو نہیں کہنے کے اہل نہیں ہو گے تم کبھی ہاں کہنے کے اہل نہیں ہو گے۔ تاہم صرف نہیں کہنا ہی کافی نہیں ہے۔ یہ ضروری تو ہے' لیکن انسان کو بڑھنا ہوتا ہے۔۔۔ نہیں سے ہاں کی طرف۔ نفی سے اثبات کی طرف۔

سارتر اب بھی نفی سے چمٹا ہوا ہے۔ یہ اچھا ہے کہ وہ یہاں تک پہنچ چکا ہے' تاہم

یہ اتنا بھی اچھا نہیں ہے۔ ایک قدم مزید' جہاں منفیت بھی معدوم ہو جاتی ہے' جہاں منفیت کی بھی نفی ہو جاتی ہے۔ نفی کی نفی مطلق اثبات بن جاتی ہے۔ نفی کی نفی کامل ہاں ہے۔ آؤ' میں اس کی وضاحت کرتا ہوں۔

تم اداس ہو۔ تم اپنی اداسی میں مستقل رہ سکتے ہو' تم اسے یوں قبول کر سکتے ہو گویا ''یہ اختتام ہو'' سفر رک جاتا ہے' کوئی تلاش نہیں' کوئی جستجو نہیں — تم رک چکے ہو' تم نے نفی میں قیام کر لیا ہے۔ اب تم ایک عمل نہیں ہو' تم جامد ہو چکے ہو۔ نفی تمہارا طرزِ حیات بن گئی ہے۔ کبھی کسی شئے کو اپنا طرزِ حیات مت بناؤ۔ اگر تم نفی کو پا چکے ہو تو یہیں مت رکنا۔ تلاش لامختتم ہوتی ہے۔ چلتے رہو' چلتے رہو...... ایک دن جب تم نفی کی تہہ تک پہنچ جاؤ گے' تو تم اوپر سطح کی طرف چلنا شروع کر دو گے۔ نفی میں گہرا غوطہ لگاؤ۔ تم تہہ تک پہنچ جاؤ گے۔ یہ مڑ جانے کا نقطہ ہے' اب تم الٹ سمت میں جاتے ہو۔ اب اثبات کی دنیا آتی ہے۔ اب تم ساری ہستی کو ہاں کہتے ہو۔ اب اداسی خوشی میں بدل جاتی ہے' نفی اثبات میں ڈھل جاتی ہے۔ تاہم یہ بھی اختتام نہیں ہے۔ چلتے رہو' چلتے رہو۔ جیسے نفی کو چھوڑا جا چکا ہے' اثبات بھی معدوم ہو جائے گا۔

یہ زین کا مرحلہ ہے' جہاں نفی اور اثبات دونوں معدوم ہو جاتے ہیں اور تم کسی رجحان کے بغیر رہ جاتے ہو۔ تم کسی تصور کے بغیر رہ جاتے ہو— عریاں' ننگے — صرف ایک شفافیت کے ساتھ' اسے چھپانے کو کچھ نہیں ہوتا— اثبات بھی نہیں۔ نہ کوئی فلسفہ' نہ عقیدہ' نہ الٰہیات' نہ حکمت — تمہیں چھپانے والی کوئی شے نہیں ہوتی' کوئی شے تمہیں ڈھانپنے والی نہیں ہوتی۔ پتانجلی اسے نربج سمادھی — بغیر بج والی سمادھی — کہتا ہے' کیونکہ اثبات میں بھی بج ہو سکتا ہے۔

یہ ماورائیت کا مرحلہ ہے۔ یہ وہ مرحلہ ہے جہاں تم مکمل طور پر معدوم ہو جاتے ہو' اور اس کے ساتھ ہی تم کامل ہو جاتے ہو۔ اسی لیے گوتم بدھ بھگوان کو ہاں نہیں کہے گا' بھگوان کو نہیں نہیں کہے گا۔ اگر تم اس سے پوچھو: ''کیا بھگوان ہے؟'' تو وہ صرف مسکرا دے گا۔ یہ مسکراہٹ اس کی ماورائیت کو ظاہر کرتی ہے۔ وہ ہاں نہیں کہے گا' وہ نہیں نہیں کہے گا' کیونکہ وہ جانتا ہے کہ دونوں سفر کے مرحلے ہیں' منزل نہیں اور — دونوں طفلانہ ہیں۔

درحقیقت ہر وہ شے طفلانہ بن جاتی ہے' جس سے تم چمٹ جاتے ہو۔ محض ایک بچہ ہی چمٹتا ہے۔ بالغ انسان کبھی کہیں نہیں چمٹتا — حقیقی بلوغت چمٹنے والی نہیں ہوتی— ہاں سے بھی نہیں۔

ایسے تمام لوگ جو حقیقتاً پا لیتے ہیں' وہ ہاں اور نہیں سے ماورا چلے جاتے ہیں۔

اسے یاد رکھنا۔ سارتر کہیں نفی کی سرحد پر معلق ہے۔ اسی لیے وہ اداسی' افسردگی' اضطراب اور کرب کی بات کرتا ہے۔ سب منفی۔ اس نے ایک عظیم کتاب لکھی ہے' جو اس کا شاہکار ہے: ''وجود اور عدم''۔ وہ اس کتاب میں یہ ثابت کرنے کی کوشش کرتا ہے کہ وجود عدم ہے— کامل نفی۔ تاہم وہ اسی سے چمٹ جاتا ہے۔ بہرحال وہ ایک مصدقہ انسان ہے۔ اس کی نفی سچی ہے۔ اُس نے اِسے کمایا ہے۔ یہ صرف بھگوان کا انکار نہیں ہے' اُس نے اِس انکار کو جیا ہے۔ اُس نے اِس کے لیے عذاب سہے ہیں' اُس نے اِس کے لیے قربانیاں دی ہیں۔ یہ ایک مصدقہ نفی ہے۔

نفی کو جینا' نفی کی قربان گاہ پر اپنے آپ کو قربان کرنے کے مترادف ہے۔ نفی کو جینا بے پناہ عذاب سہنا ہے' مایوسی کی دنیا میں رہنا ہے' تاریکی میں رہنا ہے' ذہن کی ناامیدی کی حالت میں رہنا ہے کہ جہاں تاریکی مطلق طور پر چھائی ہوتی ہے' لامختتم حد تک— اور کسی صبح کی امید نہیں ہوتی ہے۔ جب تم تاریک رات میں ہوتے ہو تو کم از کم صبح کا خواب دیکھنے کی ترغیب بہت عظیم ہوتی ہے' اپنے گرد ایک واہمہ تخلیق کرنے کی' اس کی امید کرنے کی۔ تم جب بھی امید کرنا شروع کرتے ہو تو تم اس میں یقین کرنے کی کوشش شروع کرتے ہو کیونکہ تم یقین کے بغیر امید نہیں کر سکتے۔ اگر تم یقین کرتے ہو تو تم امید کر سکتے ہو۔

سارتر کی نہیں حقیقتاً سچی ہے۔ اس نے اسے جیا ہے۔ اس نے اس کے لیے عذاب سہے ہیں۔ وہ کسی عقیدے سے نہیں چمٹے گا۔ ترغیب خواہ کیسی ہی ہو' وہ خواب نہیں دیکھے گا۔ امید اور مستقبل کی کیسی ہی ترغیب ہو— وہ راغب نہیں ہوگا۔ وہ چمٹا رہے گا۔ وہ حقیقت کے ساتھ جڑا رہے گا۔ یہ حقیقت کہ کوئی معنی نہیں ہے۔ یہ حقیقت کہ انصاف نہیں ہے۔ یہ حقیقت کہ ساری ہستی اتفاقی ہے۔ یہ حقیقت کہ کائنات انتشار ہے۔

اس انتشار کے ساتھ جینا مشکل ہے۔ اس انتشار کے ساتھ جینا تقریباً ناممکن ہے۔۔۔ یا غیرانسانی ہے یا ماورائے انسانی ہے۔۔۔ نیز اس کے بارے میں خواب نہ دیکھنا ناممکن ہے کیونکہ انسان کو ایسا محسوس ہوتا ہے جیسے وہ پاگل ہوجائے گا۔ نطشے یہیں تو پاگل ہوگیا تھا۔۔۔ جس حالت میں سارتر ہے' اسی حالت میں وہ پہلا انسان تھا جس نے ''مصدقہ نہیں'' کہی تھی۔ وہ پاگل ہوگیا تھا۔ بے شمار لوگ پاگل ہوجائیں گے اگر وہ نہیں کہیں گے ۔۔۔ کیونکہ پھر محبت نہیں ہوگی' امید نہیں ہوگی' معنی نہیں ہوگا۔ تمہاری ہستی عارضی ہے' اتفاقی ہے۔ اندر خالی پن' باہر خالی پن ...... منزل کہیں نہیں ہے۔ چھٹنے کو کچھ نہیں' جانے کو راستہ نہیں ۔۔۔ ہونے کی کوئی وجہ نہیں۔

مشکل لگتا ہے' تقریباً ناممکن۔

سارتر نے اسے کمایا ہے۔ اس نے اسے جیا ہے۔ وہ ایک سچا انسان ہے۔ اس نے نافرمانی کی ہے۔ اس نے نہیں کہی ہے۔ اسے امیدوں کے باغ سے' خوابوں کے گلستان سے نکال دیا گیا ہے۔ اس نے سرد دنیا میں عریاں زندگی گزاری ہے۔ وہ ایک خوبصورت انسان ہے' تاہم ایک اور قدم ضروری ہے۔ اک ذرا مزید جرأت ۔ اس نے ابھی عدم کی تہہ کو چھوا نہیں ہے۔

وہ عدم کی تہہ کو کیوں نہیں چھو سکا؟ اس کی وجہ یہ ہے کہ اس نے عدم کو فلسفہ بنا لیا تھا۔ اب اس فلسفے نے ہی اسے معنی دے دیئے تھے۔ وہ اداسی کی بات کرتا ہے۔ کیا تم نے کسی شخص کو اپنی اداسی کی بات کرتے دیکھا ہے؟ اس کی باتیں ہی اداسی کو مٹا دیتی ہیں۔

اسی لیے لوگ اداسی کی باتیں کرتے ہیں' صرف باتیں اور وہ اسے بھول جاتے ہیں۔

وہ باتیں کرتا رہا ہے کہ کوئی شے بامعنی نہیں ہے' ساری زندگی بے معنی ہے۔ یہی اس کی معنویت بن گئی ہے ۔۔۔ اس کے لیے بحث کرنا' اس کے لیے الجھنا۔ یہیں اس سے غلطی ہوئی ہے۔ ذرا گہرا اترے تو تہہ نزدیک ہے۔ وہ گہری ہاں کی طرف پلٹے گا۔

نہیں سے ہاں جنم لیتی ہے۔ اگر نہیں سے ہاں جنم نہیں لیتی ہے تو کوئی غلطی ہوئی ہے۔ ایسا ہونا لازمی ہے۔ رات کے بطن سے صبح جنم لیتی ہے۔ اگر صبح نہیں ہوتی تو کوئی غلطی ہوئی ہے۔ ہوسکتا ہے صبح ہوچکی ہو' لیکن انسان ہی آنکھیں نہ کھول رہا ہو۔ وہ تاریکی

کا نشئی بن چکا ہے' یا اندھا ہوگیا ہے یا وہ اتنے طویل عرصے سے تاریکی میں جیا ہے کہ روشنی نے اسے چندھیا دیا ہے۔

سارتر ایک قدم مزید اٹھالے تو وہ زین کا حقیقی انسان بن جائے گا۔ وہ ہاں کہہ سکے گا۔ نہیں سے ہاں جنم لیتی ہے' لیکن یاد رکھنا' ایک مصدقہ نہیں سے۔

کیا تم نے کبھی جھوٹا حمل دیکھا ہے؟ ایک عورت کو یقین ہوجاتا ہے کہ وہ حاملہ ہے اور وہ صرف اس یقین کی وجہ سے' اس تصور کے زیراثر ہپناٹائزڈ ہوجاتی ہے کہ وہ حاملہ ہے۔ وہ محسوس کرنے لگتی ہے کہ اس کا پیٹ پھول رہا ہے ۔۔۔ اور پیٹ حقیقتاً پھولنے لگتا ہے۔ ہوسکتا ہے اس میں ہوا کے سوا کچھ بھی نہیں ہو۔ پیٹ ہر ماہ پھولتا جاتا ہے۔ یہ صرف اس کا ذہن کر رہا ہوتا ہے' صرف ایک تصور۔ حقیقت میں حمل نہیں ہوتا' پیٹ میں بچہ نہیں ہوتا۔ یہ جھوٹا حمل ہے۔ اس سے کوئی بچہ جنم نہیں لے گا۔

جب کوئی شخص کمائے بغیر نہیں کہتا ہے' اسے جئے بغیر ۔۔۔ تو یہ ایک جھوٹا حمل ہوتا ہے۔ جیسے سوویت یونین میں ہر شخص کمیونسٹ ہے اور ہر شخص دہریہ ہے۔ ان کی نفی جعلی ہے ۔۔۔ اسی طرح جیسے ہندوستانیوں کا اثبات جعلی ہے۔ یہ جھوٹا حمل ہے۔

ایک چھوٹا سا بچہ اپنے باپ کو چرچ جاتے ہوئے دیکھتا ہے تو وہ بھی چرچ جانے لگتا ہے ۔۔۔ کیونکہ بچہ نقال ہوتا ہے۔ جب وہ دیکھتا ہے کہ ہر شخص یقین کر رہا ہے تو وہ بھی یقین کی اداکاری کرنے لگتا ہے۔ یوں ایک جھوٹا حمل رونما ہوتا ہے۔ پیٹ بھولے گا لیکن بچہ پیدا نہیں ہوگا۔

ہاں بھی جھوٹی ہوسکتی ہے' نہیں بھی۔ درخت پھل سے جانا جاتا ہے اور سبب مسبب سے۔ یہ ہے پہلی بات۔

دوسری بات یہ ہے کہ ہوسکتا ہے تم حقیقتاً حاملہ ہو' تاہم اگر ماں ہی بچے کو جنم نہ دینا چاہے تو ہوسکتا ہے وہ اسے مار دے۔ بچہ حقیقی ہے لیکن ماں کو بھی معاون بننا پڑتا ہے۔ جب بچہ نو ماہ بعد کوکھ سے باہر آنا چاہتا ہے تو ماں کا تعاون کرنا ضروری ہوتا ہے۔

چونکہ مائیں تعاون نہیں کرتیں' اسی لیے اتنا زیادہ درد ہوتا ہے۔ بچے کی پیدائش ایک ایسی فطری چیز ہے کہ درد ضروری نہیں ہے۔ درحقیقت جاننے والے لوگ کہتے ہیں کہ

اگر عورت تعاون کرے تو بچے کی پیدائش اس کی زندگی کا انتہائی وجد آفریں مرحلہ بن سکتی ہے۔ اس کی ساری ہستی ایک نئی زندگی سے مرتعش ہوتی ہے' ایک نئی ہستی نے جنم لیا ہے۔ وہ الوہیت کا وسیلہ بن جاتی ہے۔ وہ خالق بن جاتی ہے۔ اس کی ہستی کا ہر ریشہ ایک نئے آہنگ سے لرزتا ہے۔ اس کی ہستی کی عمیق ترین گہرائیوں میں ایک نیا گیت سنا جاتا ہے۔ وہ مست ہو جائے گی۔

عورت کو اتنی لذت اور سرور جنسی عمل میں نہیں ملتا جتنا کیف اسے ماں بن کر حاصل ہوتا ہے' لیکن ہو اس کے الٹ رہا ہے۔ بجائے کیف حاصل کرنے کے عورت شدید کرب و اذیت سے گزرتی ہے' اس کی وجہ یہ ہے کہ وہ لڑتی ہے۔ بچہ باہر جا رہا ہوتا ہے' بچہ کوکھ کو چھوڑ رہا ہوتا ہے' وہ تیار ہوتا ہے — وہ تیار ہوتا ہے باہر بڑی دنیا میں' وسیع دنیا میں جانے کو — اور ماں چمٹی ہوتی ہے۔ وہ بند ہوتی ہے' وہ معاون نہیں ہوتی' وہ کشادہ نہیں ہوتی۔ اگر وہ "حقیقتاً" بند ہو تو وہ بچے کو مار بھی سکتی ہے۔

سارتر کے ساتھ یہی کچھ ہو رہا ہے' بچہ تیار ہے اور وہ حقیقتاً حمل سے ہے' لیکن وہ خوفزدہ ہے۔ اب نفی خود اس کی زندگی کا مقصد بن گئی ہے' جیسے بچہ نہیں بلکہ حمل خود مقصد بن جاتا ہے' جیسے عورت کوکھ میں بوجھ اٹھائے پھرتی ہوئی اچھا محسوس کرتی ہے اور اب وہ خوفزدہ ہوتی ہے کہ اگر بچہ پیدا ہو گیا تو وہ کچھ کھو بیٹھے گی۔ حمل کو ایک طرزِ زندگی نہیں بننا چاہیے۔ یہ تو ایک عمل ہے' جو شروع ہوتا ہے اور اختتام کو پہنچ جاتا ہے۔ انسان کو اس سے چمٹ نہیں جانا چاہیے۔ سارتر' چمٹا ہوا ہے' یہیں وہ غلطی پر ہے۔

دنیا میں جھوٹے حمل والے بہت سے دہریئے موجود ہیں' حقیقی حمل والے دہریئے بہت ہی کم ہیں۔ تاہم تم حقیقی حمل کے باوجود بھی غلطی پر ہو سکتے ہو۔

کبھی کسی نقطۂ نظر کو اپنا فلسفہ مت بناؤ' کیونکہ اگر ایک دفعہ یہ فلسفہ بن گیا تو پھر تمہاری انا شامل ہو جائے گی اور تم اس کے لیے بحثیں کرو گے' اس کے لیے ثبوت ڈھونڈتے پھرو گے۔ یہ انا کا پھندا بن جاتا ہے۔ سارتر ایک مصدقہ انسان ہے' تاہم ساری شے انا کا پھندا بن چکی ہے۔ اسے اک ذرا جرأت کی ضرورت ہے۔

ہاں میں تمہیں کہتا ہوں کہ نہیں کہنے کے لیے جرأت کی ضرورت نہیں ہوتی' لیکن

ہاں کہنے کے لیے زیادہ جرأت کی ضرورت ہوتی ہے۔ کیونکہ نہیں کہنے میں انا معاون ہوتی ہے۔ ہر نفی میں انا معاون ہوتی ہے۔ اسے نہیں کہنا اچھا لگتا ہے' اس سے انا پھول جاتی ہے۔ تاہم ہاں کہنا تو ایک سقوط ہے' اس کے لیے زیادہ جرأت کی ضرورت ہے۔

سارتر کو تبدیلی کی ضرورت ہے' جہاں نہیں ہاں بن جاتی ہے' تب وہ زین جیسا نہیں بلکہ زین ہوگا۔

زین سے ماورا بدھ ہے۔ زین سے ماورا بدھ ہے: حتمی گیان' پتانجلی کی نربیج سمادھی — بغیر بیج والی سمادھی — جہاں اثبات کو بھی ترک کر دیا جاتا ہے' کیونکہ اثبات کسی نفی کا الٹ ہوتا ہے۔ جب نفی کو حقیقتاً ترک کر دیا گیا ہے تو اثبات کو اٹھائے پھرنے کی کیا ضرورت ہے۔

کوئی نہیں کہتا کہ یہ دن ہے۔ کوئی نہیں کہتا کہ سورج ابھر رہا ہے' کیونکہ ہر شخص جانتا ہے کہ ایسا ہے۔ جب کبھی تم اصرار کرتے ہو' کہ ایسا ہے' ویسا ہے' تو تمہارے لاشعور کی گہرائی میں کہیں ایک خوف ہوتا ہے۔ تمہیں خوف ہوتا ہے کہ شاید ایسا نہیں ہے۔ اس خوف کی وجہ سے تم اصرار کیے چلے جاتے ہو' ہاں کہے جاتے ہو۔ لوگ جنونی بن چکے ہیں۔ وہ اپنے نظریات کے لیے مارنے یا مرنے پر تیار ہیں۔

دنیا میں اتنا کٹڑ پن کیوں ہے؟ اس کی وجہ یہ ہے کہ لوگوں نے حقیقتاً حاصل نہیں کیا ہے۔ وہ خوفزدہ ہیں۔ وہ خوفزدہ ہیں — کیونکہ جو شخص نہیں کہتا ہے' وہ ان کے لیے ترغیب کو جنم دیتا ہے۔ وہ بھی اندر ایک نفی اٹھائے ہوتے ہیں۔ اگر کوئی نہیں کہتا ہے تو ان کی نفی زندہ ہونے لگتی ہے' اور وہ اپنے آپ سے خوفزدہ ہوتے ہیں۔ وہ ایک بند زندگی بسر کرتے ہیں تاکہ کوئی شخص ان کی آئیڈیالوجی کو نہ چھیڑے۔

تاہم جو شخص حقیقتاً اثبات کو پا چکا ہو اسے ہاں کہنے کی کیا ضرورت ہے؟ گوتم بدھ بھگوان کے بارے میں کچھ نہیں کہتا ہے۔ وہ تو نہیں اور ہاں کی اس ساری حماقت پر فقط مسکرا دیتا ہے۔ زندگی بغیر کسی تشریح و تعبیر کے موجود ہے۔ یہ کامل ہے — "مکمل طور پر" کامل اور اکمل۔ اس کے بارے میں کچھ کہنے کے لیے کسی آئیڈیالوجی کی ضرورت نہیں ہے۔ تمہیں خاموش ہونا اور اسے سننا ہے۔ تمہیں اس کو محسوس کرنے کے لیے اس میں ہونا

اور اسے جینا ہے۔ ہمیشہ یاد رکھو' جو لوگ اثبات کے خبط کا بہت زیادہ شکار ہیں' وہ ضرور اپنے اندر کوئی نفی دبائے ہوں گے۔

☆☆☆

ایتابھ نے کہا ہے کہ میں ہرمن ہیسے کی کتاب ''سدھارتھ'' پر تبصرہ کروں۔

ہرمن ہیسے کا ناول ''سدھارتھ'' ایک نہایت نادر کتاب ہے' اس کی داخلی گہرائی سے آئی کوئی شے۔ ہرمن ہیسے ''سدھارتھ'' سے زیادہ خوبصورت اور قیمتی ہیرا دوبارہ کبھی نہیں لا سکا' جیسے وہ اسی میں سارے کا سارا خرچ ہوگیا ہو۔ وہ اس سے اونچا نہیں جاسکا۔ ''سدھارتھ'' ہرمن ہیسے کا عروج ہے۔

سدھارتھ گوتم بدھ سے کہہ رہا ہے:

تم جو کچھ کہتے ہو سچ ہے۔ یہ جھوٹ کیسے ہوسکتا ہے؟ تم نے ہر اس شے کی وضاحت کردی ہے' جس کی پہلے کبھی وضاحت نہیں کی گئی تھی؛ تم نے ہر شے کو واضح کردیا ہے۔ تم عظیم ترین استاد ہو۔ تاہم تم نے یہ گیان خود حاصل کیا ہے۔ تم شاگرد نہیں تھے۔ تم کسی کی پیروی نہیں کررہے تھے۔ تم نے تنہا تلاش کی ہے۔ تم نے گیان تنہا پایا ہے' ایک راستے پر چلتے ہوئے' کسی کی پیروی نہ کرتے ہوئے۔ مجھے ضرور تمہیں چھوڑ دینا ہوگا۔ اس لیے نہیں کہ تم سے عظیم استاد کو پانے کے لیے' کیونکہ تم سے عظیم استاد کوئی نہیں ہے' بلکہ میں تو اپنا سچ ڈھونڈوں گا۔ میں صرف تمہاری اس ہدایت پر عمل کروں گا: 'اپنے لیے روشنی بنو۔ کسی کی پیروی مت کرو۔ تلاش کرو لیکن کسی کی پیروی مت کرو۔ میں اس سے اتفاق کرتا ہوں' پس مجھے جانا ہوگا''

وہ اداس ہے۔ گوتم بدھ کو چھوڑنا اس کے لیے ضرور بہت مشکل رہا ہوگا' تاہم اسے جانا ہوتا ہے — تلاش کرنے کے لیے' یا مرنے کے لیے۔ اسے راستہ ڈھونڈنا ہوتا ہے۔

اس پر میرا کیا تبصرہ ہے؟ دنیا میں دو طرح کے لوگ ہیں۔ 99 فیصد ایسے ہیں جو تنہا نہیں جاسکتے ...... اگر وہ تنہا کوشش کریں گے تو ہمیشہ لمبی تانے سوئے رہیں گے۔ انہیں جگانے کے لیے کسی کی ضرورت ہوتی ہے' انہیں جگانے کے لیے کسی جھنجھوڑنے والے کی ضرورت ہوتی ہے۔ انہیں مدد کے لیے کسی کی ضرورت ہوتی ہے۔ تاہم ایک دوسری قسم کے لوگ بھی ہیں' جو کہ صرف ایک فیصد ہیں۔ وہ اپنا راستہ خود ڈھونڈ سکتے ہیں۔

گوتم بدھ کا تعلق دوسری قسم کے لوگوں سے ہے: ایک فیصد لوگوں سے۔ سدھارتھ بھی اسی قسم کا فرد ہے۔ وہ گوتم بدھ کو سمجھتا ہے' وہ گوتم بدھ سے محبت کرتا ہے۔ وہ اس سے رخصت ہوتے سے اداس ہوتا ہے اور اس کا دل دکھ رہا ہوتا ہے' تاہم وہ جانتا ہے کہ اسے جانا ہے۔ اسے اپنا راستہ ڈھونڈنا ہے۔ اسے سچ کو خود تلاش کرنا ہے۔ وہ سایہ نہیں بن سکتا' یہ اس کے لیے ممکن نہیں ہے۔ تاہم اس کا مطلب یہ نہیں ہے کہ ہر شخص کو خود تلاش کرنی چاہیے۔

اس صدی میں دو نہایت اہم شخص گزرے ہیں: گرجیف اور کرشنا مورتی۔ کرشنا مورتی تلقین کرتا تھا کہ ہر شخص کو خود ہونا پڑتا ہے۔ انسان کو تنہا ڈھونڈنا ہے اور انسان کو تنہا پہنچنا ہے۔ گرجیف کا اصرار ہے کہ سکول ورک ضروری ہے — تم زنداں سے تنہا فرار نہیں ہوسکتے۔ تمام زندانیوں کو مل کر ان پہرے دار قوتوں سے لڑنا ہوگا' جنہوں نے زنداں بنایا ہے۔ تمام زندانیوں کو مل کر ذرائع اور طریقے ڈھونڈنا ہوں گے — اور انہیں زنداں سے باہر موجود کسی شخص کی مدد کی ضرورت ہے۔ ایسا نہ ہو تو وہ راستہ نہیں پائیں گے۔ وہ باہر نکلنے کا طریقہ نہیں جان سکیں گے۔ ایک شخص جو زنداں میں تھا اور کسی طرح باہر نکل چکا ہے' اس کی مدد ضروری ہے۔ گرو ایسا ہی شخص ہوتا ہے۔

کون درست ہے؟ کرشنا مورتی کے پیروکار گرجیف کی نہیں سنتے' گرجیف کے پیروکار کرشنا مورتی کی نہیں سنتے اور ہر ایک کے پیروکار یہی سوچتے رہتے ہیں کہ دوسرے غلط ہیں۔ تاہم میں تمہیں بتاتا ہوں' دونوں درست ہیں' کیونکہ انسان دو قسم کے ہیں۔

اور کوئی بہتر نہیں ہے۔ آنکنے کی کوشش مت کرو۔ عورت ہو' یا مرد' کوئی ایک دوسرے سے برتر یا کمتر نہیں ہے۔ فرق تو صرف حیاتیات کا ہے۔ کوئی شخص ایسا ہوتا ہے جو

تنہا ڈھونڈ سکتا ہے اور کوئی شخص ایسا ہوتا ہے جسے مدد کی ضرورت ہوتی ہے — کوئی برتر یا کمتر نہیں ہے۔ وہ روحانیت کی مختلف قسموں سے تعلق رکھتے ہیں۔

جو شخص تنہا تلاش نہیں کرسکتا' سپردگی اس کی راہ ہوگی' محبت اس کی راہ ہوگی' وفا اس کی راہ ہوگی' بھروسہ اس کا راستہ ہوگا۔ یہ مت سوچنا کہ بھروسہ سہل ہوتا ہے۔ یہ تمہاری اپنی پیروی کرنے جتنا ہی دشوار ہوتا ہے' بعض اوقات اس سے بھی مشکل۔ ایسے لوگ بھی ہیں' جو تنہا سفر پر نکلتے ہیں۔

ابھی چند دن پہلے ایک نوجوان میرے پاس آیا۔ اس نے مجھ سے پوچھا: ''کیا میں خود کو تلاش نہیں کرسکتا؟ کیا سنیاسی بننا ضروری ہے؟ کیا میرے لیے آپ کا شاگرد بننا ضروری ہے؟ کیا میں خود نہیں سفر کرسکتا؟ کیا میں خود تلاش نہیں کرسکتا۔'' میں نے کہا: ''تم مجھ سے پوچھنے کیوں آئے ہو؟ تم اس قسم کے انسان نہیں ہو جو اپنی پیروی کرتے ہیں۔ تم تو اتنا بھی فیصلہ نہیں کرسکتے تو اس سے زیادہ اور کیا فیصلہ خود کرسکو گے؟ تم تو یہ بھی مجھ سے پوچھنے آئے ہو۔ یہ فیصلہ مجھے کرنا ہے — تم تو میرے شاگرد ہوئے نا!'' وہ بحث کرنے لگا اور بولا: ''لیکن آپ تو کبھی کسی گرو کے پیروکار نہیں رہے۔'' میں نے کہا: ''یہ بات درست ہے' تاہم میں کسی سے پوچھنے بھی نہیں گیا۔ حتیٰ کہ یہ بھی نہیں' میں کبھی کسی سے پوچھنے نہیں گیا۔''

اور میرا فہم تو یہ ہے کہ جو لوگ اپنی پیروی کرتے ہیں وہ حقیقتاً حاصل کرلیتے ہیں' لیکن شاذ و نادر' کیونکہ تمہاری انا بار بار کہے گی کہ تم شاذ قسم کے انسان ہو' تم اپنے آسرے پر سفر کرسکتے ہو' تنہا' کسی کی پیروی کرنے کی ضرورت نہیں ہے' تمہاری انا تمہیں فریب دے گی۔ ہوسکتا ہے تم کسی کی پیروی نہیں کرو' لیکن تم اپنی انا کی پیروی کررہے ہوگے' اور یہ تمہیں ایک ہزار ایک کھائیوں میں لے جائے گی۔ تم حقیقت میں اپنی پیروی کررہے ہو۔ تم اپنے طور پر سفر نہیں کررہے' تم اپنی پیروی کررہے ہو۔ تم ایک الجھا ہوا انتشار ہو۔ کہاں جاؤ گے تم؟ کس طرح جاؤ گے تم؟

اس حوالے سے بہت چوکس ہوجاؤ۔ اپنی داخلی گہرائی کی سنو۔ کیا یہ انا ہے جو کہتی ہے کہ پیروکار مت بنو؟ اگر یہ تمہاری انا ہے تو تم کہیں نہیں جارہے ہو۔ تم پھندے

سے پھنسے ہوئے ہو' پہلے ہی پھنسے ہوئے ہو۔ تب کسی کی پیروی کرنا ہی بہتر ہے۔ کوئی سکول ڈھونڈو' کوئی استاد ڈھونڈو۔ انا کو ترک کردو کیونکہ انا تمہیں زیادہ سے زیادہ بکواسیات میں اور کچرے میں لے جائے گی۔

سدھارتھ کے الفاظ پر غور کرو۔ وہ کہتا ہے: ''اس وجہ سے میں تنہا جاؤں گا— کسی بہتر استاد کو ڈھونڈنے نہیں کیونکہ کوئی بھی بہتر نہیں ہے......'' وہ گوتم بدھ سے بے پناہ محبت کرتا ہے' وہ اس کا بے حد احترام کرتا ہے۔ وہ کہتا ہے: ''آپ جو کچھ کہتے ہیں' وہ مطلق طور پر واضح ہوتا ہے۔ آپ سے پہلے کسی نے اتنے واضح انداز میں تعلیم نہیں دی ہے۔ آپ نے چھوٹے اور بڑے کے بارے میں جو کچھ کہا ہے وہ مطلق طور پر سمجھنے کے قابل ہے' کشش انگیز ہے' تبدیل کرنے والا ہے' ہمدردی پیدا کرتا ہے۔'' وہ کہتا ہے: ''میں جانتا ہوں کہ آپ حاصل کرچکے ہیں۔ میں آپ سے اس لیے دور نہیں جاؤں گا کہ میں آپ پر شبہ کرتا ہوں۔ نہیں۔ میں تو آپ کا احترام کرتا ہوں۔ میں آپ کے وسیلے جھلک دیکھ چکا ہوں' میں آپ کے وسیلے حقیقت میں جھانک چکا ہوں۔ میں ممنون ہوں' لیکن مجھے جانا ہوگا۔''

وہ اس قسم کا انسان نہیں ہے کہ پیروکار بن سکے۔ وہ دنیا میں جاتا ہے۔ وہ ایک طوائف کے ساتھ رہتا ہے۔ وہ جاننے کی کوشش کرتا ہے کہ شمولیت کیا ہے۔ وہ دنیا کے طور طریقے سیکھتا ہے' وہ گناہ کرنے کے طریقے سیکھتا ہے' اور رفتہ رفتہ بہت کچھ عذاب سہہ کر' بہت مایوس ہوکر' مضطرب ہوکر اس میں شعور ابھرتا ہے۔ اس کا راستہ لمبا ہے' تاہم وہ لڑکھڑائے بغیر چلتا رہتا ہے۔ قیمت کچھ بھی ہو' وہ پانے یا مرجانے کے لیے تیار ہے۔ وہ اپنی فطرت کو سمجھ چکا ہے۔

روحانی تلاش میں اپنی فطرت کو سمجھنا بنیادی شرط ہے۔ اگر تم اپنی فطرت کے حوالے سے الجھن کا شکار ہو کہ یہ کیسی ہے — کیونکہ لوگ میرے پاس آتے ہیں اور کہتے ہیں: ''آپ کہتے ہیں کہ فطرت کو سمجھنا نہایت اہم بات ہے' لیکن ہم اپنی فطرت کو نہیں سمجھتے'' — تم اس قسم کے لوگ نہیں ہو جو تنہا جاسکتے ہیں۔ چونکہ تم اپنی فطرت کے حوالے سے تیقن نہیں رکھتے' یہ فیصلہ بھی کسی دوسرے کو کرنا ہوتا ہے' تو پھر تم تنہا جانے کے اہل نہیں

ہو۔ تب انا کو ترک کردو۔ یہ فقط انا ہے۔

اگر تم کرشنا مورتی کے شاگردوں کا مشاہدہ کرو تو تم دیکھو گے کہ تقریباً سارے غلط قسم کے لوگ جمع ہیں۔ وہ سدھارتھ جیسے لوگ نہیں ہیں — ورنہ وہ کرشنا مورتی کے پاس کیوں جاتے؟ غلط لوگ — جنہیں ایک استاد کی ضرورت ہے — وہ اب بھی اپنی انا کو ترک کرنے پر تیار نہیں۔ کرشنا مورتی کہتا ہے: ''میں استاد نہیں ہوں'' پس ان کی انا پھول جاتی ہے۔ وہ نہیں کہتا کہ ''سقوط اختیار کرو'' لہٰذا کوئی مشکل ہی نہیں ہے۔ درحقیقت وہ ان کی اناؤں کو تقویت دیتا ہے' یہ کہہ کر کہ ''تمہیں اپنا راستہ تنہا پانا ہے۔'' انہیں یہ بات خوبصورت لگتی ہے اور وہ برسوں سے کرشنا مورتی کی باتیں سن رہے ہیں۔

لوگ اسے برسوں سے سن رہے ہیں۔ بعض اوقات وہ میرے پاس آتے ہیں اور میں ان سے کہتا ہوں: ''اگر تم اسے حقیقتاً سمجھ چکے ہو تو اس کے پاس جانا ترک کیوں نہیں کر دیتے؟ — کیونکہ وہ کہتا ہے کہ کوئی استاد نہیں ہے' وہ تمہارا استاد نہیں ہے' پڑھانے کو کچھ نہیں ہے' سکھانے کو کچھ نہیں ہے' انسان کو زندگی کے وسیلے تلاش کرنا ہوں گے' مشکل راستے پر چل کر تلاش کرنا ہوگی' انسان کو خود پہنچنا ہوگا۔ تم نے چالیس برس کیوں ضائع کردیئے؟'' اور میں ان کے چہروں پر دیکھ سکتا ہوں کہ انہیں گرو کی ضرورت ہے لیکن وہ سقوط کے خواہاں نہیں ہیں۔ لہٰذا یہ موازنہ اچھا ہے: کرشنا مورتی کہتا ہے کہ سقوط کی کوئی ضرورت نہیں' اور وہ پڑھائے چلا جاتا ہے' اور وہ سنتے چلے جاتے ہیں۔

تم کرشنا مورتی کی بجائے گرجیف کے ساتھ ایک بہتر گروپ بنا سکتے ہو — ایسے لوگ جو سقوط کرسکتے ہیں' جو سقوط کے لیے تیار ہیں۔ یہاں بھی نقص ہیں کیونکہ یہاں بھی ایسے لوگ ہیں جو کچھ نہیں کرنا چاہتے' اور جب وہ کچھ نہیں کرنا چاہتے تو وہ سوچتے ہیں کہ یہ سقوط ہے۔ ایسے لوگ طفیلیے ہوتے ہیں' جو کچھ نہیں کرنا چاہتے۔ وہ کہتے ہیں: ''ہم سقوط کرتے ہیں۔ اب یہ تمہاری ذمہ داری ہے۔ اگر کچھ غلط ہوگیا تو ذمہ داری تمہاری ہے۔'' تاہم گرجیف ایسے لوگوں کو اجازت نہیں دے گا۔ وہ بہت سخت انسان تھا۔ وہ ان کے لیے اتنی زیادہ مشکلات کھڑی کردے گا کہ وہ گھنٹوں میں بھاگ جائیں گے۔ صرف چند لوگ رہیں گے' ایسے لوگ جو حقیقتاً سقوط کرچکے ہوں۔

مثال کے طور پر ایک بہت مشہور موسیقار آتا ہے اور گرجیف کہتا ہے: ''موسیقی چھوڑ دو اور باغ میں گڑھے کھودنا شروع کردو۔'' اور وہ بھی دن میں بارہ گھنٹے۔ اس آدمی نے کبھی ایسی مشقت نہیں کی ہوتی۔ اس نے تو ہمیشہ ہارمونیم بجایا ہوتا ہے۔ اس کے ہاتھ نرم ہوتے ہیں' وہ ہاتھ مزدور کے ہاتھ تھوڑی ہوتے ہیں۔ وہ تو نرم' گداز' نسائی ہاتھ ہوتے ہیں۔ وہ صرف ایک کام جانتے ہیں — وہ صرف ہارمونیم بجا سکتے ہیں۔ وہ ساری زندگی یہی کرتا رہا ہے اور اب یہ آدمی کہتا ہے...... تاہم اگلی صبح وہ کھدائی شروع کردیتا ہے۔

شام کے وقت گرجیف آتا ہے اور کہتا ہے: ''شاباش' بہت اچھے۔ اب گڑھوں میں دوبارہ مٹی بھر دو' اور جب تک گڑھے بھرتے نہیں' تم نے سونا نہیں ہے۔'' پس اگلے چار پانچ گھنٹے وہ گڑھوں کو بھرنے میں لگاتا ہے۔ صبح ہوتی ہے تو گرجیف آتا ہے اور کہتا ہے: ''شاباش۔ اب مزید گڑھے کھودو۔'' اور یہ سلسلہ تین مہینے جاری رہتا ہے۔

لایعنی عمل' تاہم اگر تم سقوط اختیار کرچکے ہو تو پھر تم سقوط اختیار کرچکے ہو۔ پھر گرجیف کہتا ہے: ''اب تم ساز بجا سکتے ہو۔'' ایک نئی موسیقی ابھر چکی ہے' وہ پہلے کبھی نہیں تھی۔ وہ غیر معلوم کی کسی شے کو چھو چکا ہے۔ اس نے پیروی کی' اس نے بھروسہ کیا' وہ سارے راستے گرجیف کے ساتھ چلا۔

جو لوگ دھوکا دینے کی کوشش کررہے ہیں' وہ ٹھہریں گے نہیں' وہ جلد ہی رفوچکر ہوجائیں گے۔ وہ کرشنا مورتی کے ساتھ ٹھہر سکتے ہیں' کیونکہ نہ کوئی کام کرنا ہے نہ مراقبہ...... کرشنا مورتی درست ہے! لیکن وہ صرف ایک فیصد لوگوں کے لیے درست ہے اور مسئلہ یہ ہے کہ وہ ایک فیصد لوگ اسے سننے کبھی نہیں جائیں گے۔ وہ ایک فیصد لوگ تنہا سفر کرتے ہیں۔ اگر ایسا کوئی شخص راستے میں کرشنا مورتی سے ملے گا تو اس کا شکریہ ادا کرے گا۔ سدھارتھ نے بھی یہی کیا تھا۔

سدھارتھ گوتم بدھ سے ملا تھا۔ اس نے اسے سنا' اس نے حسن کو محسوس کیا' اس نے اس کی باتوں کی بے انتہا اہمیت کو محسوس کیا' اس نے اس انسان کو محسوس کیا' اس نے اس کی یافت کو محسوس کیا' اس نے اس کے گیان کو محسوس کیا۔ اس کی مراقباتی توانائی نے بھی اس کے دل کو چھو لیا تھا۔ اس کے قرب میں اس نے غیر معلوم کی پکار کو سنا۔ تاہم وہ

اپنی فطرت کو سمجھتا ہے۔ گہرے احترام کے ساتھ' گہری محبت کے ساتھ' اداسی میں وہ رخصت ہوجاتا ہے۔ وہ کہتا ہے: "مجھے آپ کے ساتھ رہنا پسند ہے' لیکن میں جانتا ہوں' مجھے جانا ہے۔" وہ انا کی وجہ سے نہیں جاتا ہے۔ وہ کسی عظیم تر استاد کو ڈھونڈنے نہیں جاتا۔ وہ اس لیے جاتا ہے کہ اسے علم ہے وہ پیروکار نہیں بن سکتا۔ اس میں کوئی مزاحمت نہیں ہے' وہ مزاحمت کے بغیر سنتا ہے' وہ گوتم بدھ کو سمجھتا ہے۔ وہ پوری طرح سمجھتا ہے' اسی لیے اسے جانا ہوتا ہے۔

اگر کرشنا مورتی کو حقیقتاً سمجھ لیا جائے تو پھر تم کو جانا ہوگا۔ پھر تمہیں اس کے قرب میں نہیں رہنا ہوگا' تب تمہیں جانا پڑے گا۔ تم گرجیف کے ساتھ رہ سکتے ہو۔ تم کرشنا مورتی کے ساتھ نہیں رہ سکتے کیونکہ اس کی تعلیم تنہا جانے کی ہے' کسی راستے پر نہ چلنے کی۔ سچ بے راستہ ہوتا ہے' دروازہ بے در ہے — طریقہ صرف ایک ہے اور وہ یہ ہے کہ آگاہ ہوجاؤ۔ کچھ نہیں کرنا ہے۔ جب ایک مرتبہ تم سمجھ لوگے تو تم ممنونیت محسوس کروگے' تم اسے سلام کروگے اور تم اپنی راہ لے لوگے۔ تاہم ایسا صرف ایک فیصد لوگ کرسکتے ہیں۔

اور یاد رکھو' اگر تم اس قسم کے انسان نہیں ہو تو ایسا ہونے کی اداکاری مت کرنا' کیونکہ تم اپنی فطرت کو تبدیل نہیں کرسکتے۔ یہ ناممکن ہے۔ تمہیں اپنی فطرت کو استعمال کرنا ہے اور اپنی فطرت کو استعمال کرکے تمہیں ماورا جانا ہے۔

☆☆☆

اوشو! کیا محبت میں کمی بیشی ہوسکتی ہے؟

محبت میں کمی بیشی کا پوچھنا حماقت ہے' کیونکہ محبت نہ زیادہ ہوسکتی ہے' نہ کم۔ محبت یا تو ہوتی ہے یا نہیں ہوتی۔ یہ مقدار نہیں ہے' یہ معیار ہے۔ یہ کمیت نہیں ہے' کیفیت ہے۔ اسے ناپا نہیں جاسکتا' یہ ناقابل پیائش ہے۔ تم نہیں کہہ سکتے کہ زیادہ' تم نہیں کہہ سکتے کہ کم۔ یہ سوال برمحل نہیں ہے' تاہم محبت کرنے والے یہ سوال پوچھتے رہتے ہیں کیونکہ وہ نہیں جانتے کہ محبت کیا ہے۔ جو کچھ وہ جانتے ہیں ضرور کچھ اور ہی ہوگا۔ یہ محبت نہیں ہوسکتی کیونکہ محبت مقداری نہیں ہوتی۔ تم "زیادہ" محبت کس طرح کرسکتے ہو؟ تم "کم" محبت

کس طرح کرسکتے ہو؟

تم یا تو محبت کرتے ہو یا نہیں کرتے۔

محبت تمہیں گھیرے ہوتی ہے' تمہیں پوری طرح بھردیتی ہے' یا مکمل طور پر غائب ہوجاتی ہے اور نہیں ہوتی...... حتیٰ کہ پیچھے ایک نشان بھی نہیں رہتا۔ محبت ایک کلیت ہے۔ تم اسے تقسیم نہیں کرسکتے تقسیم ناممکن ہے۔ محبت کو تقسیم نہیں کیا جاسکتا۔ اگر تمہیں تقسیم نہ کی جاسکنے والی محبت نہیں ملی تو چوکس رہو۔ تب جسے تم محبت سمجھ رہے ہو وہ ایک کھوٹا سکہ ہے۔ اسے پھینک دو — جتنا جلد اتنا بہتر — اور کھرے سکے کو تلاش کرو۔

اور فرق کیا ہے؟ فرق یہ ہے کہ جب تم کھوٹے سکے جیسی محبت کرتے ہو تو تم فقط تصور کرتے ہو کہ تم محبت کرتے ہو۔ یہ ذہن کی ایک چال ہے۔ تم تصور کرتے ہو کہ تم محبت کرتے ہو — بالکل ایسے جیسے سارا دن بھوکا رہنے کے بعد تم رات کو سوجاؤ تو خواب دیکھتے ہو کہ تم کھانا کھا رہے ہو۔ چونکہ انسان ایک محبت سے خالی زندگی بسر کررہا ہے اس لیے ذہن محبت کے خواب دیکھے جاتا ہے اور تمہارے اردگرد جھوٹے' سراسر جھوٹے خواب گھڑتا رہتا ہے۔ یہ خواب تمہیں زندہ رہنے میں کسی حد تک مدد دیتے ہیں اور اسی لیے خواب بار بار ٹوٹ جاتے ہیں' محبت بکھر جاتی ہے اور بار بار تم دوسرا خواب گھڑتے ہو — تاہم کبھی اس بات سے آگاہ نہیں ہوتے کہ یہ خواب تمہاری کوئی مدد نہیں کررہے۔

کسی نے گرجیف سے پوچھا کہ محبت کس طرح کی جاتی ہے۔ اس نے کہا: "پہلے ہوؤ۔ بصورت دیگر ساری محبت جھوٹی ہوگی۔" اگر تم مصدقہ طور پر ہو' حقیقتاً ہو' کامل آگاہی میں' ٹھوس موجودیت میں' تو صرف تبھی محبت ممکن ہے۔

محبت ایک حقیقی وجود کے سائے کی طرح ہوتی ہے۔ صرف کوئی گوتم بدھ' کوئی عیسیٰ' کوئی پتانجلی ہی محبت کرسکتا ہے۔ تم محبت نہیں کرسکتے۔ محبت تو ہستی کا ایک عمل ہے۔ تم ابھی تک ہستی نہیں ہو۔ تم اتنے آگاہ نہیں ہو کہ محبت کرسکو۔

محبت کے لیے عظیم ترین آگاہی ضروری ہے۔ تم بے شعور' سوئے ہوئے' خراٹے مارتے ہوئے محبت نہیں کرسکتے ہو۔ تمہاری محبت محبت سے زیادہ نفرت جیسی ہوتی ہے' اسی لیے تمہاری محبت ایک منٹ میں تلخ ہوسکتی ہے۔ تمہاری محبت کسی بھی لمحے حسد بن جاتی

ہے۔ تمہاری محبت کسی بھی لمحے نفرت بن سکتی ہے۔ تمہاری محبت محبت نہیں ہے۔ تمہاری محبت ایک تہہ خانہ ہے' کھلا آسمان نہیں ہے۔ یہ ایک ضرورت زیادہ ہے' ایک آزاد بہاؤ جیسی نہیں ہے۔ یہ انحصار جیسی زیادہ ہے۔ اور سارے انحصار بدصورت ہوتے ہیں۔ حقیقی محبت تمہیں آزاد بناتی ہے' تمہیں کامل آزادی دیتی ہے۔ یہ غیر مشروط ہوتی ہے۔ یہ کسی شے کا مطالبہ نہیں کرتی۔ یہ صرف دیتی اور بانٹتی ہے اور یہ بانٹ کر خوش ہوتی ہے۔ یہ ممنون ہوتی ہے کہ تم نے قبول کرلیا ہے۔

یہ کوئی مطالبہ نہیں کرتی۔ اس کی طرف بہت کچھ آتا ہے' یہ ایک الگ بات ہے' تاہم یہ کچھ مانگتی نہیں ہے۔

یہ عین اس وقت تمہارے لیے کیسے ممکن ہے؟ تم یہاں بہنے کے لیے نہیں ہو۔ پس تم دھوکا دیئے چلے جارہے ہو۔ نہ صرف یہ کہ تم دوسروں کو دھوکا دے رہے ہو' بلکہ تم بنیادی طور پر اپنے آپ کو دھوکا دے رہے ہو۔ اسی لیے ہمیشہ یہی ہوتا ہے۔ ہر شادی کے بعد بیوی خاوند سے یہی پوچھتی ہے کہ وہ اس سے شادی سے پہلے کی نسبت زیادہ محبت کرتا ہے یا کم۔ خاوند کو ہمیشہ فکر رہتی ہے کہ اس کی بیوی اس سے محبت کرتی ہے یا نہیں۔ بیوی کو یہ فکر رہتی ہے کہ اس کا خاوند اس سے محبت کرتا ہے یا نہیں — کتنی محبت کرتا ہے وہ' زیادہ یا کم۔

یہ سوال کبھی مت پوچھو۔ ہمیشہ پوچھو کیا تم محبت کرتے ہو؟ اس کی وجہ یہ ہے کہ یہ دوسرے کا سوال نہیں ہے — وہ کتنی محبت کرتا ہے' وہ کتنی محبت کرتی ہے' ایک غلط سوال ہے۔ ہمیشہ پوچھو کیا تم محبت کرتے ہو؟ اور اگر تم محبت نہیں کرتے تو مزید مصدقہ بننے کی کوشش کرو' مزید ایک ہستی بنو' سچی ہستی۔

اور اس کے لیے ہر شے قربان کردو! جب تک تم محبت نہیں کرتے تمہاری ہر شے بے کار ہے۔ اس کے لیے ہر شے قربان کردو۔ کوئی شے زیادہ قیمتی نہیں ہے۔ جب تک تم محبت نہیں پالیتے تمہارے سارے کوہ نور بے قیمت ہیں۔ پھر کسی شے کی ضرورت نہیں رہتی' محبت کافی ہوتی ہے۔

محبت حقیقی بھگوان" ہے۔ صرف محبت ہی بھگوان ہے۔ بھگوان کم یا زیادہ نہیں

ہوسکتا — یا تو تم بھگوان کے حامل ہوتے ہو یا نہیں۔ تاہم تلاش' ایک گہری تلاش ضروری ہے' ایک مستقل چوکسی ضروری ہے۔

ایک بات یاد رکھنا' اگر تم محبت کرسکے تو تم آسودہ ہوگے۔ اگر تم محبت کرسکے تو تم میلہ منا سکو' تم ممنون ہوسکو گے' تم کامل دل کے ساتھ شکریہ کہہ سکو گے۔ اگر تم محبت کرنے کے اہل ہو تو صرف زندہ ہونا بھی ایک بے پناہ مسرت ہوتا ہے۔ کسی اور شے کی ضرورت نہیں ہوتی ہے۔ محبت رحمت ہوتی ہے۔



زندگی حسین ہے

سنیم کے ذریعے دوسرے لوگوں کے ذہن کو پڑھا جا سکتا ہے۔

اگر تم یکسوئی حاصل کرلو' اگر تم سمادھی حاصل کرلو اور اگر تم اس قدر خاموش ہو جاؤ کہ تمہارے ذہن میں ایک خیال تک نہ ابھرے تو تم دوسرے لوگوں کے ذہن پڑھ سکتے ہو۔ تم ان کے خیالات پڑھ سکتے ہو۔

میں تمہیں ایک لطیفہ سناتا ہوں:

دو یوگی کافی عرصے بعد ملے۔ دونوں سمادھی حاصل کر چکے تھے۔ کہنے کو کچھ نہیں تھا' تاہم جب تم کسی سے ملتے ہو تو کچھ نہ کچھ کہنا ہی ہوتا ہے۔ ایک یوگی بولا: ''میں تمہیں ایک لطیفہ سناتا ہوں۔ ایک دفعہ کا ذکر ہے......'' اور دوسرا یوگی ہنسنے لگا۔

وہ سارا لطیفہ بغیر سنے سن چکا تھا۔

اگر تم خاموش ہو تو اپنی خاموشی کے وسیلے تم دوسرے لوگوں کے ذہن میں دیکھنے کے اہل ہو جاتے ہو۔ درحقیقت کوئی یوگی ایسا نہیں کرتا' کیونکہ یہ دوسرے کی آزادی میں مداخلت ہوتی ہے۔

پتانجلی نے ''وبھوتی پد'' والے باب میں ایسے طریقے بیان کیے ہیں کہ جن کے

ذریعے تم دوسروں کے ذہن پڑھ سکتے ہو لیکن اس نے ایسا کرنے سے منع کیا ہے۔ تاہم انسان کا ذہن ایسا ہے کہ اسے جس کام سے روکا جائے' وہی کام کرتا ہے۔ اگر تم پتانجلی کی ہدایت کے خلاف عمل کرو گے تو تمہاری نشوونما رک جائے گی۔

بعض اوقات تم حادثاتی طور پر بھی یہ صلاحیت حاصل کر لیتے ہو۔ بعض اوقات ایسا ہوتا ہے کہ کسی طرح تمہارا ذہن اس قدر خاموش ہو جاتا ہے کہ تم دوسرے لوگوں کے خیالات سے آگاہ ہونے لگتے ہو۔ دوسرے لوگوں کا ذہن دور نہیں ہوتا۔ یہ بہت قریب ہوتا ہے۔ جب تمہارے ذہن میں خیالوں کا ہجوم ہوتا ہے تو دوسرے کا ذہن دور ہو جاتا ہے کیونکہ تمہارے اپنے خیالوں کا ہجوم تمہیں بھٹکا دیتا ہے۔ تمہارے اپنے اندر کے ٹریفک کا شور اتنا زیادہ ہوتا ہے کہ تم دوسروں کے خیالات کو سن نہیں سکتے۔

کیا تم نے کبھی دیکھا ہے کہ بعض اوقات عام سے لوگ' جن کا مراقبے سے' یوگا سے یا کسی بھی مابعدالطبیعیاتی حسیت سے کوئی تعلق نہیں ہوتا' واقعات کے رونما ہونے سے پہلے ان سے آگاہ ہو جاتے ہیں۔ مثال کے طور پر اگر کوئی جوڑا آپس میں محبت کرتا ہے تو رفتہ رفتہ وہ ایک دوسرے سے اتنا جڑ جاتے ہیں کہ ایک دوسرے کے خیالات سے آگاہ ہونے لگتے ہیں۔ بیوی شوہر کے ذہن میں ابھرنے والے خیالات سے آگاہ ہو جاتی ہے۔ ہو سکتا ہے اسے خود بھی اس امر کا واضح علم نہیں ہوتا ہم اسے اپنے شوہر کے خیالات کا دھندلا سا علم ہو جاتا ہے۔ وہ ماں' جو اپنے بچے سے محبت کرتی ہے' اس کی ضروریات سے خود بخود آگاہ ہو جاتی ہے۔

کوئی ایسا تار ہے جس کے ذریعے تم دوسرے سے جڑے ہوتے ہو۔ ہم کُل سے جڑے ہوئے ہیں۔

پتانجلی کہتا ہے: ''سمادھی کے ذریعے تم دوسروں کے خیالات سے آگاہ ہو سکتے ہو۔'' تمہیں صرف اپنے آپ کو دوسرے کی طرف مرتکز کرنا پڑتا ہے۔ گہری خاموشی میں تمہیں دوسرے کو یاد کرنا پڑتا ہے۔ گہری خاموشی میں تمہیں دوسرے کو یاد کرنا ہوتا ہے۔ گہری خاموشی میں تمہیں دوسرے کو دیکھنا ہوتا ہے اور فوراً ہی تم اس کے ذہن کو اپنے سامنے کتاب کی طرح کھلا ہوا دیکھو گے۔

تاہم ایسا کرنے کی ضرورت نہیں ہے کیونکہ ایک بار ایسا ممکن ہوجائے تو بہت سے امکان مزید پیدا ہوجاتے ہیں۔ تم دوسرے کے خیالوں میں مداخلت کرسکتے ہو' تم اس کے خیالوں کا رخ بدل سکتے ہو۔ تم دوسرے کے ذہن میں داخل ہوسکتے ہو اور اپنے خیالات اس کے ذہن میں ڈال سکتے ہو۔ تم دوسرے کو استعمال کرسکتے ہو اور اسے کبھی پتا نہیں چلے گا کہ اسے استعمال کیا جارہا ہے' وہ یہی سوچے گا کہ وہ اپنے خیالات کے مطابق عمل کررہا ہے۔ تاہم ایسا نہیں کرنا چاہیے۔

☆☆☆

تم دوسرے کے ذہن میں موجود تصور کو دیکھ سکتے ہو لیکن تم اس تصور کی موجودگی کا سبب نہیں جان سکتے۔ اس کے لیے تمہیں مزید گہرائی میں جانا ہوگا۔ مثال کے طور پر اگر تم کسی کے ذہن میں پورے چاند کا تصور دیکھو' بادلوں میں گھرا خوبصورت پورا چاند' تو تم اس کا محرک نہیں سمجھ سکتے کہ یہ تصور کیوں موجود ہے۔ اگر وہ شخص مصور ہے تو محرک مختلف ہوگا۔ اگر وہ کسی سے محبت کرتا ہے تو محرک مختلف ہوگا۔ اگر وہ سائنس دان ہے تو محرک مختلف ہوگا۔

تم صرف تصور کو دیکھ کر اس کے محرک کو نہیں سمجھ سکتے۔ محرک تصور سے زیادہ لطیف ہوتا ہے۔ تصور ایک خام شے ہے۔ یہ دوسرے کے ذہن کے پردے پر موجود ہے' تم اسے دیکھ سکتے ہو' لیکن یہ کیوں موجود ہے؟ یہ کیوں نمودار ہوا ہے؟ ممکن ہے وہ شخص مصور ہو'۔۔۔ یا شاعر ہو یا پاگل ہو۔ صرف تصور کو دیکھ کر تم محرک سے آگاہ نہیں ہوسکتے۔

محرک کا علم صرف اس وقت ہوتا ہے جب تم بغیر بیج والی سمادھی حاصل کرلیتے ہو ۔۔۔ اس سے پہلے نہیں' کیونکہ محرک بہت لطیف ہوتا ہے۔ یہ غیر مرئی ہوتا ہے۔ یہ انسان کے شعور کی گہرائی میں موجود غیر مرئی خواہش ہوتی ہے۔ جب تم کاملاً آگاہ ہوجاؤ اور تمہاری خواہشات تحلیل ہوجائیں ...... تب دیکھو۔ جب تمہارے خیالات تحلیل ہوجاتے ہیں تو تم دوسرے کے خیالات کو پڑھنے کے اہل ہوجاتے ہو۔ جب تمہاری خواہشیں تحلیل ہوجاتی ہیں تو تم دوسرے کی خواہشات پڑھنے کے اہل ہوجاتے ہو۔

☆☆☆

تم نے ایسے یوگیوں کے قصے ضرور سنے ہوں گے جو انسانوں کی نظروں سے اوجھل ہوسکتے تھے۔ پتانجلی ہر شے کو سائنسی قانون کے تابع لانے کی کوشش کرتا ہے۔ انسان ایک خاص قانون کو سمجھ کر نظروں سے اوجھل ہوسکتا ہے۔ وہ قانون کیا ہے؟

طبیعیات کہتی ہے کہ اگر تم مجھے دیکھ رہے ہو تو اس کی وجہ صرف یہ ہے کہ مجھ پر سورج کی شعاعیں پڑ رہی ہیں۔ یہ شعاعیں مجھ سے منعکس ہوکر تمہاری آنکھوں پر پڑتی ہیں' یوں تم مجھے دیکھنے لگتے ہو۔ اگر کسی طرح ایسا ہوجائے کہ میں سورج کی شعاعوں کو جذب کرلوں اور وہ منعکس نہ ہوں تو تم مجھے نہیں دیکھ سکو گے۔ اگر تاریکی ہو' سورج کی شعاعیں نہ آرہی ہوں' تو تم مجھے نہیں دیکھ سکتے۔ تاہم اگر میں سورج کی ساری شعاعوں کو جذب کرلوں اور کچھ منعکس نہ ہو تو تم مجھے نہیں دیکھ سکو گے۔ تم صرف ایک تاریک دھبہ دیکھو گے۔

یہ جدید طبیعیات کہتی ہے۔ ہم رنگوں کو یونہی دیکھتے ہیں۔ مثال کے طور پر تم نے مالٹئی رنگ کا لباس پہنا ہوا ہے' میں دیکھ سکتا ہوں کہ تم نے مالٹئی رنگ کا لباس پہنا ہوا ہے۔ اس کا کیا مطلب ہوا؟ اس کا سادہ سا مطلب یہ ہے کہ تمہارا لباس مالٹئی رنگ کی شعاع کو منعکس کررہا ہے اور باقی سب شعاعوں کو جذب کررہا ہے۔ صرف مالٹئی رنگ کی شعاع منعکس ہورہی ہے۔ جب تم سفید رنگ دیکھتے ہو تو اس کا مطلب ہوتا ہے کہ تمام شعاعیں منعکس ہورہی ہیں۔ سفید کوئی رنگ نہیں ہوتا' بلکہ سارے رنگ منعکس ہورہے ہوتے ہیں۔ سارے رنگ مل جائیں تو سفید بنتا ہے۔ اگر تم سارے رنگوں کو ملا دو تو وہ سفید بن جائیں گے' پس سفید ایک رنگ نہیں' سب رنگ ہیں۔ اگر تم سیاہ لباس پہنے ہو تو کوئی شعاع منعکس نہیں ہوگی' اسی لیے تمہارا لباس سیاہ نظر آئے گا۔ سیاہ بھی کوئی رنگ نہیں ہے۔ سب شعاعیں جذب ہوجائیں تو سیاہ ہوتا ہے۔ اسی لیے کسی گرم ملک میں تم سیاہ لباس پہنو گے تو بہت زیادہ گرمی لگے گی۔ سیاہ لباس پہن کر دھوپ میں مت نکلو۔ تم بہت گرمی محسوس کرو گے کیونکہ سیاہ ہر شعاع کو جذب کررہا ہوگا۔ سفید ٹھنڈا ہوتا ہے۔ سفید کو صرف دیکھنے سے ٹھنڈک سی محسوس ہوتی ہے۔ سفید لباس پہن کر تمہیں ٹھنڈک محسوس ہوگی کیونکہ کوئی شعاع جذب نہیں ہورہی ہوگی۔

ہندوستان میں جین مت نے اپنا رنگ سفید منتخب کیا ہوا ہے کیونکہ یہ ترک کرتا ہے — سب کو ترک کرتا ہے. سفید رنگ سب کو ترک کرتا ہے۔ یہ ہر شے واپس کر دیتا ہے' کسی شے کو جذب نہیں کرتا۔ موت کو ہر جگہ سیاہ دکھایا جاتا ہے کیونکہ ہر شے کو جذب کر لیتی ہے۔ اس سے کچھ باہر نہیں آتا' ہر شے اس میں جذب ہوتی ہے اور غائب ہو جاتی ہے۔ یہ ایک بلیک ہول ہے۔ شیطان سیاہ ہے کیونکہ یہ کسی شے کو ترک نہیں کر سکتا۔ وہ بھی ملکیت پسند ہے۔ وہ کوئی شے نہیں دے سکتا' بانٹ نہیں سکتا۔

ہندوؤں نے ایک خاص وجہ سے اپنا رنگ مالٹئی منتخب کیا ہے۔ سرخ شعاع جسم میں داخل ہو کر جنسیت کو' تشدد کو ابھارتی ہے۔ سرخ تشدد کا' خون کا رنگ ہے۔ جسم میں داخل ہونے والی سرخ شعاع تشدد کو' جنسیت کو' ہوس کو' وحشت کو ابھارتی ہے۔ سائنس دان کہتے ہیں کہ اگر تمہیں سات دن تک مسلسل کسی ایسے کمرے میں رکھا جائے جہاں ہر شے سرخ ہو تو تم پاگل ہو جاؤ گے۔ ہندوؤں نے سرخ رنگ اور سرخ رنگ کے شیڈز کو چنا ہے — مالٹئی وغیرہ — کیونکہ یہ تمہیں کم متشدد ہونے میں مدد دیتے ہیں۔ سرخ شعاع منعکس ہو جاتی ہے' جسم میں داخل نہیں ہوتی۔

پتانجلی کہتا ہے کہ اگر کوئی انسان اپنے اوپر پڑنے والی شعاعوں کو جذب کر لے تو وہ نظروں سے اوجھل ہو سکتا ہے۔ تم اسے دیکھ نہیں سکو گے۔ ممکن ہے تم صرف ایک خالی پن' سیاہ خالی پن دیکھ سکو' تاہم انسان نظروں سے اوجھل ہوگا۔ یوگی کے ساتھ ایسا کیونکر ہوتا ہے؟ بعض اوقات ایسا ہوتا ہے۔ بعض اوقات ایسا ہوتا ہے اور یوگی کو اس کا علم نہیں ہوتا۔ آؤ میں اس کا میکانزم تم پر واضح کروں۔

پتانجلی کے نظام میں خارجی دنیا اور داخلی دنیا میں گہری ہم آہنگی پائی جاتی ہے۔ چونکہ یہ دنیائیں ساتھ ہیں لہٰذا ایسا ہونا ہی ہے۔ سورج سے روشنی آتی ہے۔ تمہاری آنکھیں اسے موصول کرتی ہیں۔ اگر تمہاری آنکھیں سورج کی روشنی کو موصول نہ کریں تو سورج موجود ہونے کے باوجود تم تاریکی میں زندگی بسر کرو گے۔ اندھے انسان کے ساتھ یہی تو ہوتا ہے — اس کی آنکھیں روشنی کو موصول نہیں کرتیں۔ پس تمہاری آنکھوں اور سورج میں ایک سمبندھ ہے۔ تمہارے جسم میں تمہاری آنکھیں سورج کی نمائندگی کرتی ہیں۔ دونوں

جڑے ہوئے ہیں — آنکھیں اور سورج۔ سورج آنکھوں پر اثرانداز ہوتا ہے' آنکھیں اس کو محسوس کرتی ہیں۔ آواز کانوں پر اثرانداز ہوتی ہے۔ آواز باہر ہے' کان تمہارے اندر ہیں۔

خارجی حقیقت کو ''تتو'' کہا جاتا ہے جبکہ اس سے مربوط داخلی حقیقت کو ''تنتمر'' کہا جاتا ہے۔ پتانجلی کے نظام میں ان دو کو سمجھنا نہایت ضروری ہے۔ تتو خارجی حقیقت ہے — سورج' اور اس سے جڑی ہوئی کوئی شے تمہاری آنکھ میں ہے' جسے وہ تنتمر کہتا ہے۔ تمہارے اندر موجود جوہری عنصر۔ اسی لیے آنکھ اور سورج' کان اور آواز' ناک اور خوشبو کے درمیان مکالمہ ہوتا ہے۔ یہ ایک غیر مرئی ربط ہے۔

جب کوئی شخص نرودھ' سمادھی اور اس کے بعد ایکاگرت پرینام تک پہنچ جاتا ہے تب وہ تنتمر' داخلی عناصر کو دیکھنے لگتا ہے۔ تم سورج کو آنکھ سے دیکھتے ہو' لیکن تم نے آج تک اپنی آنکھ کو نہیں دیکھا۔ صرف عمیق خالی پن میں انسان چوکس ہو جاتا ہے اور اپنی آنکھ کو دیکھ سکتا ہے۔ تم نے آواز سنی ہے' لیکن تم نے آواز سے مربوط اپنے کان کو نہیں سنا ہے۔ تم نے اپنے کان تک آنے والے لطیف ارتعاش کو آج تک نہیں سنا ہے۔ یہ نہایت لطیف ہے جبکہ تم نہایت کثیف ہو۔ تم ابھی اتنے لطیف نہیں ہوئے ہو۔ تم اس لطیف موسیقی کو نہیں سن سکتے۔ تم نے گلاب کے پھول کو سونگھا ہے' لیکن تم ابھی تک اپنے اندر کے اس لطیف عنصر تنتمر کو نہیں سونگھ سکے' جو کہ گلاب کے پھول کو سونگھتا ہے۔

یوگی اپنے اندر کی آواز کو — جو کہ خاموشی ہے — سنے گا' وہ داخلی آنکھ کو دیکھنے کا اہل ہوتا ہے۔ اگر یوگی اپنے جسم پر ارتکاز کرے تو سورج کی شعاعیں جذب ہو جاتی ہیں اور منعکس نہیں ہوتیں۔ جب تم صورت پر ارتکاز کرتے ہو تو صورت کشادہ ہو جاتی ہے۔ سب بند دروازے کھل جاتے ہیں اور سورج کی شعاعیں صورت میں داخل ہو جاتی ہیں اور تمہاری صورت کے تنتمر سورج کے تتو کو جذب کر لیتے ہیں اور دفعتاً تم سب کی نظروں سے اوجھل ہو جاتے ہو۔ کیونکہ دیکھنے کے لیے روشنی کا منعکس ہونا ضروری ہے۔

☆☆☆

آواز کے ساتھ بھی ایسا ہی ہوتا ہے۔ یہی قانون آواز پر لاگو ہوتا ہے۔

جب یوگی اپنے داخلی تنتنمر پر ارتکاز کرتا ہے تو ساری آوازیں جذب ہوجاتی ہیں۔ جب آوازیں جذب ہوجاتی ہیں تو یوگی کی موجودگی سے تمہیں اپنے گرد ایک خاص قسم کی خاموشی محسوس ہوتی ہے۔ اگر تم کسی یوگی سے ملو تو اچانک تمہیں محسوس ہوگا کہ تم خاموشی میں داخل ہورہے ہو۔ وہ تمہارے اردگرد کوئی آواز تخلیق نہیں کرتا بلکہ اس پر جو آوازیں پڑتی ہیں جذب ہوجاتی ہیں۔

ایسا تمام حواس کے ساتھ ہوتا ہے۔ وہ کئی اعتبار سے غیر مرئی بن جاتا ہے۔

ایسا ہوتا ہے۔ ابھی پچھلے روز کسی نے مجھ سے سوال کیا: ''آپ کو دیکھتے ہوئے کیا ہوتا ہے؟ کیا میں پاگل ہوگیا ہوں؟ بعض اوقات آپ غائب ہوجاتے ہیں۔'' اگر تم مجھے مسلسل دیکھتے رہو تو ایسے لمحے بھی آئیں گے کہ جب تم مجھے غائب ہوتا دیکھو گے۔ میرے لفظ سنتے ہوئے' اگر تم ان پر ارتکاز کرو تو دفعتاً تمہیں علم ہوگا کہ وہ خاموشی میں سے آرہے ہیں۔ جب تم ایسا کرتے ہو' تب تم مجھے محسوس کرتے ہو' اس سے پیشتر نہیں۔

ایسا نہیں ہوتا کہ کچھ کیا جاتا ہے۔ یوگی کبھی کچھ نہیں کرتا۔ وہ تو بس اپنی ہستی میں رہتا ہے اور چیزیں رونما ہوتی رہتی ہیں۔ درحقیقت وہ تو گریز کرتا ہے' تاہم بعض اوقات چیزیں رونما ہوجاتی ہیں۔

☆☆☆

ایک اصلاح پسند خاتون نے سڑک کے کنارے نشے میں دھت پڑے ایک آدمی سے پوچھا: ''کس نے تمہیں اتنی زیادہ شراب پینے کی تحریک دی ہے؟''

شرابی نے نشے میں ڈوبی آواز میں جواب دیا: ''کسی نے نہیں میڈم' میں ایک رضاکار ہوں۔''

رضاکارانہ طور پر انسان تاریکی میں ہے۔ رضاکارانہ طور پر تم تاریکی میں ہو۔ کسی نے تمہیں جبراً تاریکی میں نہیں دھکیلا۔ اس کے ذمہ دار تم خود ہو۔ شیطان کو مت الزام دو کہ وہ تمہیں بگاڑ رہا ہے۔ تمہیں کوئی بگاڑ نہیں رہا ہے۔ یہ تم خود ہو۔ جب تم ایک مرتبہ نیند میں چلے جاتے ہو تو ہر شے مسخ ہوجاتی ہے — تم جس شے کو چھوتے ہو' مسخ

ہوجاتی ہے' جو شے تمہارے ہاتھوں میں آتی ہے گندی ہوجاتی ہے۔

ہم نشے میں ہیں' انا کے نشے میں' املاک کے نشے میں' اشیاء کے نشے میں' حقیقت سے لاعلم اور ہم جو کچھ دیکھتے ہیں مسخ ہوتا ہے۔ دنیا وہم یا سراب نہیں ہے۔ ہمارے نشے میں دھت ذہنوں کی وجہ سے دنیا سراب یا وہم لگتی ہے۔ جب ہمارا نشہ اترے گا تو دنیا کی خوبصورتی عیاں ہوگی۔

جب تم اپنے گرد موجود حیران کن حسن و جمال کو دیکھو گے تو ساری مایوسی' ساری اداسی' سارا کرب غائب ہوجائے گا۔ تب تم رحمت کی بالکل مختلف جہت میں جیو گے۔

یوگا دنیا کو چوکس نگاہوں سے دیکھنے کا ایک طریقہ ہے۔ تمہاری چوکسی میں بھگوان سامنے ہوتا ہے' تمہاری نیند میں وہ کھو جاتا ہے۔ بھگوان نہیں کھویا ہوا' صرف تم کھوئے ہوئے ہو۔ اپنی نیند میں تم نے اپنے آپ کو بھلا دیا ہے۔

ہر کوئی سمادھی کو حاصل کرسکتا ہے کیونکہ یہ ہر کسی کا پیدائشی حق ہے۔ یہ تمہاری منتظر رہتی ہے۔ جب تک تم اسے نہیں پاؤ گے' یہ تمہارا انتظار کرے گی۔

مزید وقت ضائع مت کرو' زندگی اور وقت کا لمحہ لمحہ استعمال کرو کہ تم مستقل طور پر ایک ہی مقصد کے تحت جیو گے اور زیادہ سے زیادہ آگاہی حاصل کرو گے۔

دو یہودی سہیلیاں سارہ اور ایمی بیس برس بعد ملیں۔ انہوں نے ایک دوسری کا حال احوال دریافت کیا۔

سارہ بولی: ''شادی کے بعد میرا خاوند مجھے تین مہینے ہنی مون منانے سوئٹزرلینڈ لے گیا تھا۔''

''فنٹاسٹک'' ایمی نے کہا۔

''ہنی مون سے واپس آکر اس نے مجھے سولہ کمروں اور دو سوئمنگ پول والا گھر لے کر دیا' اور ایک مرسیڈیز کار لے کردی۔''

''فنٹاسٹک'' ایمی نے پھر کہا۔

''اور اب شادی کی بیسویں سالگرہ پر اس نے مجھے بیس قیراط کا ہیرے کا ہار لے کر دیا ہے۔''

''فنٹاسٹک'' ایمی بولی۔

''اب اپنی سناؤ''۔ سارہ نے اپنی طویل رام کہانی سنانے کے بعد پوچھا۔

''میں اپنے خاوند کے ساتھ بہت اچھی زندگی بسر کر رہی ہوں۔'' ایمی نے مختصراً کہا۔

''اس نے تمہارے لیے کوئی خاص کیا ہو تو بتاؤ نا!'' سارہ بولی۔

''اس نے مجھے ایک چارم سکول میں داخل کروا دیا تھا۔'' ایمی نے بتایا۔

سارہ نے حیرت سے کہا: ''بھلا وہ کس لیے؟''

ایمی نے جواب دیا: ''اس لیے تاکہ میں ''لعنت'' کہنے کی بجائے ''فنٹاسٹک'' کہنا سیکھ سکوں۔''

☆☆☆

یوگا تمہیں حسن سے آگاہ کرواتا ہے۔ حسن تمہارا منتظر ہے' جبکہ تم غلاظت میں ڈوبے ہوئے ہو۔ خود کو نکالو' بس بہت ہو چکی۔

یہ فیصلہ کوئی اور نہیں کر سکتا۔ فیصلہ تمہی کو کرنا ہوگا۔ تم جو ہو' یہ تمہارا فیصلہ ہے۔ اگر تم تبدیل ہونا چاہتے تو یہ بھی تمہارا ہی فیصلہ ہوگا۔

زندگی حسین ہے' میں زیادہ سے زیادہ یہی کہہ سکتا ہوں۔ یہ حسن تمہارے اردگرد ہے اور تم اسے کھوئے جا رہے ہو۔ اسے مزید کھونے کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔

یوگا کوئی عقائد کا نظام نہیں ہے۔ یہ تو ایک طریقہ ہے' حسن کو پانے کا ایک سائنسی طریقہ۔



دسواں باب

خطرے مول لو

انا بہت بڑا مخمصہ ہے اور اسے سمجھنا ہوگا۔ وگرنہ تم پرانی انا سے لڑتے ہوئے نئی انا تخلیق کرو گے اور اس عمل کی کوئی حد نہیں ہوگی۔

انا دراصل ہے کیا؟ یہ اپنے آپ کو برتر بنانا ہے۔ یہ اپنے اندر تقسیم کا عمل ہے۔ برتر اور کمتر' ولی اور گناہگار' اچھا اور برا کی تقسیم۔ تم خوبصورت کو قبول اور پست کی مذمت کرتے رہتے ہو۔

اگر یہ تقسیم موجود ہے تو پھر تم جو کچھ بھی کرتے ہو اس میں انا ہوتی ہے۔ تم اسے ترک کر سکتے ہو' اسے ترک کرنے سے تم ایک سپر ایگو کو جنم دے سکتے ہو۔ پھر رفتہ رفتہ یہ سپر ایگو تمہارے لیے مشکل پیدا کرنا شروع کر دے گی' کیونکہ ہر تقسیم عذاب ہوتی ہے۔ تقسیم کا نہ ہونا رحمت ہے' تقسیم عذاب ہے۔ یہ نئے مسائل' نئے اضطراب پیدا کر دے گی۔ تب تم سپر ایگو کو ترک کر دو گے اور تم ایک اس سے بھی بڑی انا کو جنم دے لو گے۔ یہ سلسلہ کہیں نہیں رکے گا۔ اس سے مسئلہ حل نہیں ہوگا۔ تم صرف اسے بدل رہے ہو۔ تم اسے جبراً پیچھے دھکیل رہے ہو۔ تم مسئلے سے گریز کرنے کی کوشش کر رہے ہو۔

ایک یہودی دہریہ بن گیا۔ اس کے گاؤں والوں نے ایک دن اس سے پوچھا کہ تم تو پکے یہودی تھے' باقاعدگی سے عبادت کرتے تھے' یہ تمہیں کیا ہو گیا ہے؟ وہ چپ رہا لوگ تھک ہار کر چلے گئے۔ اگلے دن اس کا ایک دوست اس سے ملنے گیا۔ اس نے بھی اس سے یہی

سوال پوچھا کہ وہ دہریہ کیوں ہوگیا ہے۔ اس روز اس نے وجہ بتا دی۔

اس کے دوست نے پوچھا کہ تم نے کل یہی جواب کیوں نہیں دیا تھا۔

وہ بولا: ''کیا میں سبت کے دن دہریہ ہونے کا اعتراف کرلیتا۔۔۔ یہ تو ممکن نہیں تھا؟''

تم دہریئے بن جاتے ہو' لیکن پرانی عادت نہیں بدلتی۔ میں نے ایک اور دہریئے کا قصہ سنا ہے۔ وہ مرنے والا تھا۔ اس کے رشتہ داروں نے پادری کو بلایا۔ پادری نے کہا کہ اب تم مرنے والے ہو' اب تو خدا پر ایمان لے آؤ۔ اس نے آنکھیں کھولیں اور بولا: ''خدا کا شکر ہے کہ میں دہریہ ہی مر رہا ہوں۔'' تم ویسے کے ویسے رہتے ہو' صرف لیبل بدل جاتے ہیں۔ انا کو سمجھنے کی کوشش کرو۔ ایک سپرایگو مت تخلیق کرو۔ صرف یہ سمجھنے کی کوشش کرو کہ انا کیا ہے۔

انا کُل سے الگ ہونا ہے۔ یہ سوچنا کہ تم کُل سے الگ ہو۔ یہ صرف سوچ ہوتی ہے' حقیقت نہیں۔ ایک فسانہ ہوتا ہے' سچ نہیں ہے۔ یہ محض ایک خواب ہوتا ہے جسے تم اپنے گرد تان لیتے ہو۔ تم کُل سے الگ نہیں ہو۔ تم الگ ہو بھی نہیں سکتے' کیونکہ اگر تم کُل سے الگ ہوجاؤ تو تم وجود نہیں رکھ سکتے۔

تمہارے الگ ہونے کا تصور بے پناہ مسائل کو جنم دیتا ہے۔ جب تم سوچتے ہو کہ تم کُل سے الگ ہو تو فوری طور پر تمہارے اندر بھی ایک تقسیم پیدا ہوجاتی ہے۔ تمہارے اندر جو کچھ فطری ہے' وہ پست ہوجاتا ہے۔۔۔ کیونکہ اس کا تعلق کُل سے ہوتا ہے۔ جنس پست ہوجاتی ہے کیونکہ اس کا کُل کی نامیاتی اکائی سے تعلق ہے۔

اسی لیے میں تمہیں کہا کرتا ہوں کہ جنس کو قبول کرو' جنس کو اس کی کاملیت میں قبول کرو۔ فطرت کو قبول کرلو تو وہ مکمل طور پر مختلف ہوجاتی ہے۔ فطرت کو رد کردو گے تو تمہارے اندر ہر شے تلخ ہوجائے گی اور یوں تم اپنے لیے ایک جہنم بنالو گے۔

انا مذمت کرنے میں ہمیشہ خوشی محسوس کرتی ہے کیونکہ صرف مذمت کرنے سے تم

برتری محسوس کرسکتے ہو۔

پادری نے اتوار کو سروس کے دوران کہا: ''تم میں سے جتنے لوگوں نے پچھلے ہفتے کے دوران کوئی گناہ کیا ہے وہ کھڑا ہوجائے۔''

اجتماع میں سے تقریباً آدھے لوگ کھڑے ہوگئے۔

پادری نے کہا: ''اب وہ لوگ کھڑے ہوجائیں جنہیں کوئی موقع ملتا تو وہ گناہ کرتے۔''

یہ سن کر باقی کے سارے لوگ کھڑے ہوگئے۔ آخری صف میں کھڑی ایک عورت نے اپنے شوہر سے سرگوشی میں کہا: ''ایسا لگتا ہے یہاں صرف فادر ہی اچھا انسان ہے۔''

شوہر نے جواباً سرگوشی کی: ''تم نے دیکھا نہیں' وہ تو ہم سب سے پہلے کھڑا تھا۔''

سپرایگو' جو مذمت کرتی ہے' جو تمہیں کہتی ہے کہ یہ گناہ ہے' یہ شر ہے' یہ غلط ہے' یہ برا ہے' خود دنیا کا واحد شر ہے' واحد گناہ ہے۔

پھر کیا کیا جائے؟ تم انا کی مذمت سے شروع ہوسکتے ہو۔ تب تم سپرایگو کو جنم دے لو گے۔ مذمت کرنا چھوڑ دو۔۔۔ ہر طرح کی مذمت۔۔۔ انا غائب ہوجائے گی اور اس کی جگہ سپرایگو پیدا نہیں ہوگی۔ مذمت کرنا چھوڑ دو۔

فیصلہ کرنے والے تم کون ہو؟ تم یہ کہنے والے کون ہو کہ یہ غلط ہے' یہ صحیح ہے؟ تم ہستی کو دو میں تقسیم کرنے والے کون ہو؟ ہستی ایک ہے۔۔۔ ایک نامیاتی اکائی۔ تقسیمیں انا کی ہیں' انسان کی ہیں' یہ انسان ساختہ ہیں۔ مذمت مت کیا کرو۔

اگر تم مذمت کرو گے تو تم انا کو یا سپرایگو کو تخلیق کرو گے۔ مذمت کرنا چھوڑ دو گے تو تم پاؤ گے کہ انا کہیں نہیں ہے۔ پس انا اصل مسئلہ نہیں ہے۔ اصل مسئلہ ہے مذمت کرنا' فیصلہ صادر کرنا' تقسیم کرنا۔ انا کو بھول جاؤ' کیونکہ تم انا کو یاد رکھتے ہوئے جو کچھ کرو گے اس سے ایک اور انا پیدا ہوجائے گی۔

یہاں جتنے لوگ ہیں' اتنی انائیں ہیں۔ کسی کی دنیادار انا ہے' کسی کی مذہبی انا

ہے۔ کوئی کہتا ہے کہ اس کے پاس کتنی زیادہ اشیاء ہیں' اور کوئی کہتا ہے کہ اس نے کتنی زیادہ اشیاء کو ترک کر دیا ہے۔

ایک عیسائی سینٹ قریب المرگ تھا۔ اس کے بہت سے شاگرد اس کے بستر کے اردگرد جمع تھے۔ وہ اس کی خوبیاں بیان کر رہے تھے۔ کوئی اس کے علم کی تعریف کر رہا تھا' کوئی دنیا بیزاری کی۔ جب انہی باتوں میں کافی دیر گزر گئی تو سینٹ نے آنکھیں کھولیں اور بولا:

''کوئی میری انکساری کے بارے میں بات نہیں کر رہا۔''

یوں انکساری انا بن جاتی ہے۔ یوں انکساری انا کا لبادہ بن جاتی ہے۔ یوں انا نیک بن جاتی ہے۔ جب کوئی زہر نیک بن جاتا ہے تو وہ مزید زہریلا بن جاتا ہے

پس اگر تم میری باتوں کو درست طور پر سمجھ رہے ہو تو انا کی مذمت نہ کرنا۔ بصورتِ دیگر تم ایک سپر ایگو تخلیق کر لو گے۔ تب تم بے قراری محسوس کرو گے۔ مذمت کرنا چھوڑ دو۔ اپنے آپ کو برتر بنانا چھوڑ دو۔ تم جیسے ہو' خود کو ویسے ہی قبول کر لو۔ نہ صرف قبول کرو' بلکہ خوش آمدید کہو۔ نہ صرف خوش آمدید کہو' بلکہ خوش ہو' اور دفعتاً تم دیکھو گے کہ انا غائب ہو جائے گی' سپر ایگو غائب ہو جائے گی۔ وہ کبھی نہیں ہوتیں' تم ہی انہیں تخلیق کرتے ہو۔

انسان نے صرف ایک شے تخلیق کی ہے اور وہ ہے انا۔

☆☆☆

میں مراقبے اور کام اور محبت میں منہمک رہتا ہوں لیکن محسوس کرتا ہوں کہ یہ کافی نہیں ہے۔ اوشو! میں مکمل طور پر مٹ جانا چاہتا ہوں۔

کوئی تجربہ — کوئی بھی تجربہ — کافی نہیں ہوتا۔ کام کا تجربہ' محبت کا تجربہ' حتیٰ کہ مراقبے کا تجربہ بھی کافی نہیں ہوتا کیونکہ تمام تجربے تمہارے باہر ہوتے ہیں۔ تم تجربے کے پیچھے چھپے ہوتے ہو۔ تم مشاہدہ کرنے والے ہوتے ہو۔ تجربہ تم پر وارد ہو رہا ہوتا ہے' لیکن تم تجربہ نہیں ہوتے۔ پس کوئی بھی تجربہ ہو' یہ مکمل نہیں ہوتا کیونکہ تجربہ کرنے والا ہمیشہ

تجربے سے باہر ہوتا ہے۔ یوں تجربے اور تجربہ کرنے والے میں فرق ہمیشہ برقرار رہتا ہے — خلا — اور یہ خلا کہے چلا جاتا ہے: ''ہاں کچھ ہو رہا ہے لیکن یہ کافی نہیں ہے۔ مزید کی ضرورت ہے۔''

یہ ہے انسانی ذہن کی مصیبت۔ اسی لیے ذہن اور' اور' اور کی طلب کیے چلا جاتا ہے۔ تم پیسہ کماتے ہو' ذہن کہتا ہے: ''اور''۔ تم مکان بناتے ہو' ذہن کہتا ہے: ''اور بڑا۔'' تم ایک سلطنت بنا لیتے ہو اور ذہن کہتا ہے: ''ایک اس سے بڑی سلطنت ہونی چاہیے۔'' تم مراقبہ شروع کر دیتے ہو' ذہن کہتا ہے: ''کافی نہیں ہے۔ ابھی تو بہت سی اونچائیوں پر پہنچنا ہے۔'' ایسا ہی ہوتا چلا جاتا ہے کیونکہ تجربے کی عین فطرت میں ہی کچھ ایسا ہوتا ہے کہ تجربہ کبھی مکمل نہیں ہو سکتا۔

تب مکمل کیا ہو سکتا ہے؟ دیکھنے والے رہو' تجربے میں نہ کھو جاؤ۔ کھونا مت۔ چوکس رہنا۔ جان لو کہ یہ ایک گزرنے والی کیفیت ہے' گزر جائے گی۔ اچھا یا برا' خوبصورت یا بدصورت' خوش یا ناخوش — ایک بادل گزر رہا ہے: تم خاموش رہو' اسے دیکھتے رہو۔ اس سے ہم آہنگ مت ہونا وگرنہ مراقبہ پورا ہوگا نہ محبت آسودہ ہوگی۔ درحقیقت مراقبہ کیا ہے؟ مراقبہ تجربہ نہیں ہوتا' یہ تو مشاہدہ کرنے والے سے آگاہ ہونا ہوتا ہے۔ صرف دیکھو' اور دیکھنے والے پر مرتکز رہو' اور تب کوئی شے مکمل ہوگی۔ بصورت دیگر کوئی شے مکمل نہیں ہے۔

اگر تم ایک دیکھنے والے رہو تو صرف نہانا اتنا آسودگی بخش ہوگا کہ تم اس سے زیادہ کی توقع نہیں کر سکتے۔ صرف ناشتہ کرنا' چائے پینا ہی اس قدر آسودگی بخش ہوگا کہ تم سوچ بھی نہیں سکو گے کہ اس سے زیادہ آسودگی ممکن ہے۔ تب ہر لمحہ تمہارے لیے ہیرا بن جائے گا اور ہر تجربہ ایک بہار — تاہم تم چوکس ہی رہنا۔ تم تجربے میں کھونا مت۔

مجھے علم ہے کہ تم بہت محنت کر رہے ہو۔ تم کام کر رہے ہو' مراقبہ کر رہے ہو۔ تم وہ کچھ کر رہے ہو جو ایک انسان کر رہا ہے۔ اس سے زیادہ تم نہیں کر سکتے۔ اگر تم کر بھی سکو تو اس سے کوئی فرق نہیں پڑے گا۔ اب سمجھنے کا مقام آ گیا ہے: دیکھنے والے بنو۔ تجربے کو گزرنے دو۔ اسے آنے اور جانے دو۔ تجربوں سے منتشر مت ہو۔ تجربوں میں پھنسو

مت۔ چوکس رہو' غیر متوجہ — صرف ٹریفک کو دیکھنے والے بنو اور دفعتاً تم دیکھو گے کہ چھوٹی چھوٹی چیزیں گہری آسودگیاں بن گئی ہیں — صرف ایک چھوٹے سے پرندے کا گیت' یا ایک چھوٹے سے پھول کا کھلنا۔

باسو کا ایک ہائیکو ہے۔ جاپان میں نازونا نام کا ایک پھول ہوتا ہے۔ وہ اتنا چھوٹا' اتنا عام سا ہوتا ہے کہ کوئی اس کی بات بھی نہیں کرتا۔ شاعر تو گلابوں کی بات کرتے ہیں۔ نازونا کی بات کون کرتا ہے؟ یہ ایک عام سا پھول ہے۔ بہت سی زبانوں میں تو اس کا نام ہی کوئی نہیں ہے' کون رکھتا ہے ایسے پھولوں کا نام۔ لوگ گزر جاتے ہیں' کوئی اس کی طرف نہیں دیکھتا۔ جس روز باسو نے اپنی پہلی ساتوری (Satori) پائی تو وہ اپنے کامیج سے باہر آیا اور اس نے ایک نازونا کو کھلتے ہوئے دیکھا۔ وہ اپنے ہائیکو میں کہتا ہے: ''میں نے پہلی مرتبہ نازونا کا حسن دیکھا۔ بے پناہ حسن۔ اس کے سامنے ساری جنتیں ہیچ ہیں۔''

ایک نازونا اتنا حسین کس طرح ہو گیا؟ باسو کہتا ہے: ''وہ ہمیشہ وہاں تھا' اور میں بہت مرتبہ وہاں سے گزرا تھا' لیکن میں نے سے پہلے کبھی نہیں دیکھا تھا'' — اس کی وجہ یہ ہے کہ باسو وہاں نہیں تھا۔ ذہن صرف اسی شے کو دیکھتا ہے جو انا کو آسودگی دے سکتی ہے۔ نازونا کی پروا کون کرتا ہے؟ کسی طور یہ آسودگی بخش نہیں ہے۔

کنول کا پھول البتہ ٹھیک ہے' گلاب کا پھول چلے گا' تاہم نازونا' ایک عام سا پھول' اتنا حقیر' اتنا فقیرانہ' کسی کی توجہ مائل نہ کرانے والا ...... تاہم اس روز' اس صبح' سورج طلوع ہو رہا تھا' اور باسو نے ایک نازونا دیکھا' وہ کہتا ہے: ''میں نے پہلی مرتبہ نازونا کی حقیقت کا سامنا کیا'' — تاہم ایسا صرف اس وجہ سے ہوا تھا کہ اس کا سامنا اپنی حقیقت سے ہو چکا تھا۔

جس لمحے تم دیکھنے والے بنتے ہو — یہی ساتوری ہے' سمادھی ہے — تو اسی لمحے ہر شے کا رنگ مختلف ہو جاتا ہے۔ تب عام سبز عام سبز نہیں رہتا' وہ غیر معمولی سبز ہو جاتا ہے۔ تب کچھ معمولی نہیں رہتا۔ جب تم دیکھنے والے ہوتے ہو تو ہر شے غیر معمولی بن جاتی ہے۔

عیسیٰؑ اپنے حواریوں سے کہا کرتے تھے: ''کھیت میں کھلے سوسن کے پھول کو

دیکھو۔'' ایک معمولی سا سوسن کا پھول — تاہم عیسیٰؑ کے لیے وہ معمولی نہیں تھا' کیونکہ عیسیٰؑ ایک مکمل طور پر مختلف جہان (Space) میں تھے۔ یقیناً ان کے حواری حیران ہوئے ہوں گے کہ وہ ایک سوسن کے پھول کے بارے میں بات کر رہے ہیں۔ تاہم عیسیٰؑ نے کہا: ''اس سوسن کے پھول کے سامنے بڑے بڑے بادشاہوں کا رعب و جلال اور حشمت و عظمت کچھ نہیں ہے۔'' اس سوسن کے پھول کے سامنے! ضرور عیسیٰؑ نے کوئی ایسی شے دیکھی ہو گی' جسے ہم دیکھنے سے قاصر ہیں۔

انہوں نے کیا دیکھا تھا؟ اگر تم دیکھنے والے بن جاؤ تو دنیا تم پر اپنے سارے اسرار کھول دے گی۔ تبھی میں ہر شے کو ایک آسودگی کہتا ہوں۔

کسی نے ایک زین گرو سے پوچھا: ساتوری حاصل کرنے کے بعد سے آپ کیا کر رہے ہیں؟'' گرو نے جواب دیا: ''لکڑیاں کاٹ رہا ہوں' پانی بھر کر لاتا ہوں۔ بھوک لگے تو کھانا کھاتا ہوں' تھک جاؤں تو سو جاتا ہوں۔'' ہر شے خوبصورت ہے۔ لکڑیاں کاٹنا' کنویں سے پانی بھر کر لانا ......

ذرا سوچو۔ ذرا غور کرو۔

نکولس کازانتزاکس نے سینٹ فرانسس پر اپنے ناول میں لکھا ہے کہ سینٹ فرانسس بادام کے ایک درخت سے گفتگو کرتا ہے۔ وہ اسے کہتا ہے: ''سسٹر! مجھے کچھ خداوند کے لیے گا کر سناؤ۔'' بادام کے درخت پر شگوفے کھل جاتے ہیں۔ بادام کا درخت خداوند کے لیے اس طرح سے گاتا ہے۔ یہ تمہارے باغ میں بھی کھل سکتا تھا لیکن تم نے اسے یہ نہیں کہا: ''سسٹر! خداوند کے لیے کچھ گاؤ۔'' ایک سینٹ فرانسس کی ضرورت ہے۔ بادام کا درخت ہمارے باغ میں بھی کھل رہا ہے۔ تمہاری زندگی میں ایک ہزار ایک پھول کھلتے ہیں لیکن تم نہیں ہوتے۔

گھر واپس آ جاؤ' ایک دیکھنے والے بنو' اور یوں ہر شے — کام' محبت' مراقبہ — ہر شے ایک آسودگی بن جائے گی۔ ہر شے اتنی کامل ہے کہ مزید کا تصور تک غائب ہو جائے گا' اور جب تمہارا ذہن مزید میں دلچسپی نہیں لے گا' تب تم جینا شروع کرو گے' اس سے پہلے بالکل بھی نہیں۔

میں تمہارے اضطراب کو سمجھتا ہوں۔ ''اوشو! میں چاہتا ہوں کہ تم مجھے فنا کردو۔'' اگر میں ایسا کرسکتا تو پہلے ہی کر چکا ہوتا۔ اگر یہ صرف مجھی پر ہو تو میں تمہارا انتظار نہیں کروں گا۔ میں تو اجازت بھی نہیں لوں گا۔ تاہم یہ مجھ پر نہیں ہے۔ تمہیں تعاون کرنا پڑے گا۔ درحقیقت میں تو صرف ایک بہانہ ہوں — تمہی کو کرنا ہوگا۔

اور جلدی مت کرنا' بے صبری سے کام مت لینا۔ بہت زیادہ صبر کی ضرورت ہے۔ مغرب میں بے صبری ذہن کا حصہ بن چکی ہے۔ لوگ صبر کے حسن کو بھلا چکے ہیں۔

ذرا سا مزید صبر کرو۔ تم آپریشن ٹیبل پر ہو۔ صبر اور سکون سے رہو اور میرے ساتھ تعاون کرو کیونکہ یہ ایسا آپریشن نہیں ہے' جسے تمہاری بے شعوری میں کیا جاسکتا ہو۔ اس آپریشن میں تمہیں بے ہوشی کی دوا نہیں دی جاسکتی۔ سارا آپریشن تب کرنا ہے' جب تم شعور میں ہو۔ درحقیقت تم جتنا زیادہ شعور میں ہوگے' آپریشن اتنی آسانی سے ہوسکے گا — کیونکہ ساری سرجری شعور کی ہوتی ہے۔ میں تمہارے تعاون کے بغیر آپریشن نہیں کرسکتا۔ میں یہ آپریشن نہیں کرسکتا' تاوقتیکہ تم میرے ساتھ کاملاً نہ ہو۔

درحقیقت اس آپریشن میں مریض خود سرجن ہوتا ہے' میں تو صرف بہانہ ہوں۔ سرجن کی موجودگی مددگار ہوتی ہے — تم خوف محسوس نہیں کرتے' تم خود کو تنہا محسوس نہیں کرتے۔

اور یہ اچھا ہے کہ کوئی اور اسے تمہارے لیے نہیں کرسکتا کیونکہ اگر کوئی اور تمہیں آزاد کرا سکے تو تمہاری آزادی حقیقی آزادی نہیں ہوگی۔ اگر کوئی تمہیں آزاد کرا سکتا ہے تو کوئی تمہیں دوبارہ غلام بھی بنا سکتا ہے۔ آزادی تمہارا انتخاب ہوتی ہے۔ اسی لیے یہ حتمی ہوتی ہے۔ پھر کوئی اسے تم سے نہیں چھین سکتا۔ اگر اسے دیا جاسکتا ہے' تو چھینا بھی جا سکتا ہے۔ چونکہ اسے دیا نہیں جا سکتا' اس لیے اسے چھینا بھی نہیں جاسکتا۔ بے صبری سے کام مت لو' اور اپنی مشاہدہ کرنے والی ذات کے ساتھ زیادہ سے زیادہ ہم آہنگ ہوجاؤ۔

یہ بہت آسان ہے کہ جب درد و الم ہو تو تم اس کو خود پر طاری نہ کرو' تاہم حقیقی مسئلہ تب ابھرتا ہے جب تم محبت میں ہوتے ہو' خوش ہوتے ہو' مراقبے میں' وجد میں ہوتے ہو۔ تب اسے خود پر طاری نہ کرنا مشکل ہوجاتا ہے۔ یاد رکھو' جب تم خوشی محسوس کرو تو اس

وقت بھی چوکس رہو' کیونکہ یہ بھی ایک کیفیت ہے۔ یہ آتی ہے اور چلی جاتی ہے۔ بادل آگیا ہے' یہ گزر جائے گا۔ یہ ایک خوبصورت بادل ہے' اس کا اور بھگوان کا شکر ادا کرو' لیکن الگ رہو۔ تیزی مت دکھاؤ اور اسے خود پر طاری مت کرو۔ کیونکہ اسی سے مزید کا تصور ابھرتا ہے۔

اگر تم الگ رہ سکتے ہو' پہاڑی پر ایک دیکھنے والا' بے تعلق' تو مزید کا تصور نہیں ابھرتا ہے۔ کیوں؟ اس کی وجہ یہ ہے کہ جب دیکھنے والا تجربے سے ہم آہنگ ہوجاتا ہے تو یہ ذہن بن جاتا ہے اور ذہن مزید کی ایک خواہش ہے۔ جب دیکھنے والا صرف دیکھنے والا رہتا ہے اور تجربہ بادل کی طرح باہر رہتا ہے تو کوئی ذہن نہیں ہوتا۔ دونوں کے درمیان خلا ہے' پل کوئی نہیں۔ اس بغیر پل والی حالت میں' مزید کی کوئی خواہش نہیں ہوتی — خواہش سرے سے ہی نہیں ہوتی۔ انسان آسودہ رہتا ہے۔ انسان مطلق طور پر مطمئن رہتا ہے۔

☆☆☆

میرا ایقان ہے کہ مجھے نشوونما پانے کے لیے خطرہ مول لینا ہوگا اور خطرہ مول لینے کے لیے مجھے فیصلے کرنے پڑیں گے۔ جب میں فیصلے کرنے کی کوشش کرتا ہوں تو خوف زدہ ہوجاتا ہوں کہ میں غلط انتخاب کر بیٹھوں گا' جیسے میری زندگی کا انحصار اسی پر ہو۔ یہ کیسا پاگل پن ہے؟

یہ ہنوز ایک ایقان لگتا ہے' ادراک نہیں۔ ایقان مدد نہیں کرے گا۔ ایقان کا مطلب ہے مستعار لیا ہوا' ایقان کا مطلب ہے کہ تم ابھی تک سمجھے نہیں ہو۔ تم نے لوگوں کو خطرے کے ذریعے ارتقا پاتے دیکھا ہوگا لیکن تم نے ابھی تک یہ نہیں سمجھا کہ خطرہ جینے کا واحد طریقہ ہے۔ کوئی دوسرا طریقہ نہیں ہے۔ خطرہ مول نہ لینا واحد غلطی ہے' خطرہ مول لینا کبھی غلط نہیں ہوتا۔

تم کبھی غلط خطرہ مول نہیں لے سکتے کیونکہ اگر تم ہمیشہ خطرہ مول لینے سے خوفزدہ رہے تو کچھ غلط ہو جائے گا' تب تم بہرحال خطرہ مول لے رہے ہوگے۔ اگر ہر شے درست

ہو محفوظ ہو اور پھر تم خطرہ مول لو تو یہ کیسا خطرہ مول لینا ہوا؟ خطرہ مول لینے میں غلطی کا امکان ہوتا ہے' اسی لیے تو یہ خطرہ ہوتا ہے۔ ایسی کشادگی میں عمل کرنا خوبصورت ہوتا ہے کہ جس میں کوئی شے درست ہوسکتی ہو' کوئی شے غلط ہوسکتی ہو۔

انسان اسی کے ذریعے ارتقا پاتا ہے کیونکہ اگر تم غلطی بھی کرو گے تو تم پہلے جیسے بالکل نہیں رہو گے۔ غلطی کرنے سے تم زیادہ سمجھ جاؤ گے۔ اگر تم بھٹک بھی گئے ہو تو جب اس کا ادراک ہو' اس وقت واپس آسکتے ہو۔ جب تم واپس آتے ہو تو تم کچھ سیکھ چکے ہوتے ہو — اور پکا یاد کرچکے ہوتے ہو۔ یہ تمہیں صرف یاد نہیں ہوتا بلکہ یہ تمہارے خون میں شامل ہوجاتا ہے' تمہاری ہڈیوں کے گودے میں مل جاتا ہے۔ پس بھٹکنے سے خوف مت کھاؤ۔ ایسے لوگ جو بھٹکنے سے خوف کھاتے ہیں' وہ معذور اور مفلوج ہوجاتے ہیں۔ وہ کبھی حرکت نہیں کرتے۔

اور زندگی خطرہ ہے کیونکہ زندگی زندہ ہے' مردہ نہیں ہے۔ صرف قبر میں کوئی خطرہ نہیں ہوتا۔ جب تم مردہ ہو تو کوئی خطرہ نہیں ہوتا۔

لاؤتزو کے ایک شاگرد نے اس سے پوچھا: ''کیا زندگی میں سکون' چین ممکن نہیں ہے؟''

اس نے جواب دیا: ''انتظار کرو جلد ہی تم مر جاؤ گے' اور قبر میں تم ہمیشہ کے لیے چین سکون پاسکو گے۔''

اپنی زندگی کو یوں ضائع مت کرو' کیونکہ یہ ختم ہورہی ہے۔ انہی چند لمحوں کو جیو۔ جینے کا اور کوئی طریقہ نہیں ہے' جینے کا مطلب ہے خطرہ مول لینا۔ خطرہ ہمیشہ موجود ہوتا ہے۔ ایسا ہونا ہی ہے کیونکہ تم ایک بہاؤ ہو۔ تم ادھر ادھر بھی جاسکتے ہو۔

میں نے ایک ایسے آدمی کے بارے میں سنا ہے جو ہمیشہ فیصلہ کرنے سے خوفزدہ رہتا تھا' تاہم انسان کو فیصلہ تو کرنا ہی پڑتا ہے۔ پس اسے بھی فیصلے کرنے پڑے' اور جو فیصلہ بھی اس نے کیا ہمیشہ غلط نکلا' اور یہ امر اس کی زندگی کا ایک حصہ بن کر رہ گیا۔ وہ جانتا تھا کہ وہ جو فیصلہ بھی کرے گا' غلط نکلے گا۔ کاروبار نفع نہیں دے گا' جس ٹرین

سے اس نے سفر کرنے کا فیصلہ کیا ہے' چھوٹ جائے گی' وہ عورت کسی اور شخص سے محبت کرنے لگے گی' جس سے شادی کرنے کا فیصلہ اس نے کیا ہے۔ وہ ہمیشہ گنواتا ہی تھا۔

ایک دفعہ ایسا ہوا کہ اسے کاروبار کے سلسلے میں کسی دوسرے شہر جانا تھا۔ اس شہر صرف ایک ایئرلائن کا ایک ہی جہاز جایا کرتا تھا— فیصلے کا کوئی سوال نہیں تھا۔ پس وہ خوش تھا کیونکہ فیصلے کا کوئی سوال نہیں تھا' متبادل ہی کوئی نہیں تھا۔ اسے اسی جہاز میں سوار ہونا تھا۔ تاہم عین سفر کے دوران جہاز کے انجن فیل ہوگئے۔

وہ بہت زیادہ پریشان تھا۔ وہ کہنے لگا: ''میرے خدا! اس مرتبہ تو میں نے فیصلہ نہیں کیا تھا۔ متبادل ہی کوئی نہیں تھا۔ بس اب بہت ہوچکی۔ اگر میرے فیصلے کے نتیجے میں مجھے کوئی نقصان پہنچے تو ٹھیک ہے' لیکن اس بار تو بہرحال میں نے فیصلہ نہیں کیا تھا۔ فیصلہ تو تُو نے کیا تھا۔'' وہ سینٹ فرانسس کا پیروکار تھا' پس اس نے اسے پکارا: ''اے سینٹ فرانسس' مجھے بچا! کم از کم اس بار تو بچالے۔ میں نے کبھی پہلے تیری مدد نہیں مانگی کیونکہ ہمیشہ فیصلہ میں کرتا تھا' سو میں جانتا تھا کہ جو نقصان ہوا ہے میری اپنی کوتاہی ہے۔ اس مرتبہ تو میری کوئی غلطی نہیں ہے۔''

آسمان سے ایک ہاتھ آیا اور اس ہاتھ نے اسے جہاز سے نکال لیا۔ وہ بہت خوش ہوا۔ تب اس نے آسمان سے ایک آواز سنی: ''کون سا فرانسس؟ فرانسس زیوئیر یا فرانسس آف ایسیسی؟ بتاؤ تم نے کسے پکارا تھا؟''

اب تم فرار نہیں ہوسکتے۔ زندگی ہمیشہ ایک خطرہ ہوتی ہے۔ انسان کو انتخاب کرنا پڑتا ہے۔ انتخاب کے ذریعے تم ارتقا پاتے ہو' انتخاب کے ذریعے تم پختہ ہو جاتے ہو۔ انتخاب کے ذریعے تم گرتے ہو اور گر کر سنبھل جاتے ہو۔

گرنے سے مت ڈرو' وگرنہ تمہاری ٹانگیں حرکت کرنے کی اہلیت کھو بیٹھیں گی۔ گرنے میں کوئی خرابی نہیں ہے۔ گرنا چلنے کا حصہ ہے' گرنا زندگی کا حصہ ہے۔ گرو' دوبارہ اٹھو' اور ہر مرتبہ گرنا تمہیں زیادہ مضبوط' زیادہ تجربہ کار' زیادہ آگاہ بنا دے گا۔ اگلی مرتبہ اسی راستے پر تم بغیر کھٹکے چل سکو گے۔ جتنی غلطیاں کرسکتے ہو' کرو۔ البتہ ایک ہی غلطی بار بار مت کرو۔ غلطیاں کرنے میں کوئی خرابی نہیں ہے۔ جتنی غلطیاں کرسکتے ہو کرو۔ جتنی زیادہ غلطیاں تم کرسکتے ہو' بہتر ہے' کیونکہ تم زیادہ تجربہ' زیادہ آگاہی پاؤ گے۔ بیٹھے مت رہو' فیصلہ نہ کرنے کی ذہنی کیفیت میں لٹکے نہ رہو۔ فیصلہ کرو! فیصلہ نہ کرنا واحد غلط فیصلہ ہے کیونکہ اس طرح تم ہر شے کھو دیتے ہو۔

کہا جاتا ہے کہ ایک مرتبہ تھامس ایڈیسن کسی پروجیکٹ پر کام کر رہا تھا اور اس میں بہت مرتبہ ناکامی سے دوچار ہوا تھا۔ تقریباً تین ماہ اس نے مسلسل کام کیا اور ناکام ہوگیا۔ اس نے بہت کوشش کی' لیکن بے سود۔ اس کے شاگرد مایوس اور ناامید ہوگئے۔ ایک دن اس کے ایک شاگرد نے کہا: ''آپ ایک ہزار تجربے کر چکے ہیں۔ ہر تجربہ ناکام ہوا ہے۔ ہمیں تو کوئی پیشرفت دکھائی نہیں دی۔'' ایڈیسن نے حیرت سے کہا: ''کیا کہہ رہے ہو تم؟ تمہارا کیا مطلب ہے؟ کوئی پیشرفت نہیں ہوئی؟ ایک ہزار غلط دروازے بند ہوگئے ہیں' صحیح دروازہ زیادہ دور نہیں رہا۔ ہم نے ایک ہزار غلطیاں کی ہیں' ہم نے کتنا کچھ سیکھ لیا ہے۔ تم یہ کیسے کہہ رہے ہو کہ ہم اپنا وقت ضائع کر رہے ہیں؟ یہ ایک ہزار غلطیاں ہمارا راستہ نہیں روک سکتیں' ہم آرہے ہیں' ہم سچ کے نزدیک تر ہو رہے ہیں۔ یہ کب تک بچے گا؟''

غلطیوں سے کبھی مت ڈرو۔

یہ سوال پریم نشانے کیا ہے۔ وہ ہمیشہ خوفزدہ رہتی ہے۔ وہ اتنی خوفزدہ ہے کہ کہیں چھپی بیٹھی ہے' میں اسے دیکھ نہیں سکتا۔ ہوسکتا ہے میری نظر پڑنے ہی سے کوئی خطرہ ابھر آئے۔ وہ خود کو چھپائے رہتی ہے۔ مجھے پتا ہے وہ یہاں ہے' وہ ہر روز یہاں ہوتی ہے'

لیکن وہ اس طرح بیٹھتی ہے' کہیں کسی ستون کے پیچھے چھپی رہتی ہے' کہ میں اسے نہیں دیکھ سکتا۔ کبھی وہ سامنے بھی ہو تو سر کو یوں جھکائے رکھتی ہے کہ پہچانی نہیں جاتی۔

زندگی رواں دواں ہے۔ تم بیٹھی بھی رہ سکتی ہو' تب تمہاری زندگی موت جیسی ہوگی۔ اٹھو اور چل پڑو۔ خطرہ مول لو۔

اس کی صورتحال ایک چھوٹے لڑکے جیسی ہے:

ذہین ونفریڈ سمر کیمپ سے واپس آیا تو اس کے پاس کئی ٹرافیاں تھیں' جو اسے وڈکرافٹ' کوہ پیمائی اور تیراکی میں اعلیٰ کارکردگی دکھانے پر ملی تھیں۔ ان کے علاوہ اسے ایک سٹار بھی ملا تھا۔ اس کی ماں نے سٹار کے بارے میں پوچھا تو ونفریڈ نے بتایا کہ یہ سٹار گھر واپسی کے وقت اپنا صندوق عمدگی سے پیک کرنے پر ملا ہے۔

اس کی ماں بہت خوش ہوئی۔ تب ونفریڈ نے کہا: ''میں نے تو اسے کھولا ہی نہیں تھا۔''

نِشا' صندوق کھولو! اس بات سے مت ڈرو کہ تم اسے دوبارہ اتنی عمدگی سے پیک نہیں کرسکو گی۔ تھوڑا بہت بکھراؤ اچھا ہوتا ہے' اس میں کوئی خرابی نہیں ہے۔ تاہم زندگی کے ساتھ غیر کشادہ رہنا واحد غلطی ہے جو تم زندگی کے ساتھ کرسکتی ہو۔ یہ تو انکار ہے۔ یہ تو بھگوان کا انکار ہے۔ کُل نے تمہیں یہاں جینے کے لیے تخلیق کیا ہے' جتنا گہرائی تک ممکن ہو جینے کے لیے' جتنا خطرناک ممکن ہو جینے کے لیے۔ کُل چاہتا ہے کہ تم زندہ ہو' عروج پر زندہ ہو۔ تمہیں اسی لیے بھیجا گیا ہے جبکہ تم خوفزدہ ہو کہ کوئی غلطی ہوسکتی ہے۔

بھگوان تمہیں بھیجتے ہوئے خوفزدہ نہیں ہے۔ وہ تو نہیں ہے خوفزدہ۔ وہ تو ہر طرح کے لوگوں کو بھیجے جارہا ہے۔ اچھے لوگ' غلط لوگ' نیک لوگ' گناہگار لوگ۔ وہ بھیجے جارہا ہے۔ وہ خوفزدہ نہیں ہے۔ وہ خوفزدہ ہوتا تو دنیا ختم ہوجاتی یا تخلیق ہی نہیں ہوتی۔

ایک پادری چھوٹے چھوٹے بچوں کو خداوند کی عبادت کا طریقہ سکھا رہا تھا۔ اس نے انہیں بتایا کہ خداوند انہیں کس طرح معاف کردے گا۔

اس کے بعد اس نے بچوں سے سوال پوچھے۔ اس نے پوچھا:
''معافی کے لیے بنیادی ضرورت کس شے کی ہے؟''
ایک بچہ کھڑا ہوا اور بولا: ''گناہ کرنے کی۔''

غلطی کرو' معافی پانے کے لیے' یہ لازمی ہے۔ بھٹک جانا بھی درست ہوتا ہے۔ البتہ ایک ہی غلطی بار بار کرنا درست نہیں ہوتا' تب تم احمق ہوتے ہو۔ اگر تم کبھی غلطی نہیں کرتے تو تم احمق سے بھی کچھ زیادہ ہوتے ہو۔ اگر ہر روز کوئی نئی غلطی کرو گے تو عقلمند بن جاؤ گے۔ عقل تجربے سے حاصل ہوتی ہے' اور تم اسے کسی دوسرے طریقے سے حاصل نہیں کرسکتے۔ اس کا کوئی شارٹ کٹ نہیں ہے۔

زندگی کا مشاہدہ کرو' اپنا مشاہدہ کرو۔ اسے ایک بصیرت بننے دو' عقیدہ نہیں۔ اگر تم خوفزدہ رہے تو معذور و مفلوج رہو گے اور حرکت نہیں کرسکو گے۔ بچہ گرتا ہے' چوٹ کھاتا ہے' تو چلنا سیکھتا ہے' سیکھنے کا واحد راستہ یہی ہے۔ رفتہ رفتہ وہ متوازن رہنا سیکھ جاتا ہے۔ چلنے کی کوشش کرنے والے بچے کا مشاہدہ کرو۔ پہلے وہ چاروں ہاتھوں پیروں پر چلتا ہے' پھر وہ دو پیروں پر کھڑا ہونے کا عظیم ترین ایڈونچر کرتا ہے۔

میں اسے عظیم ترین کہتا ہوں کیونکہ ساری نوع انسان اس ایڈونچر سے ابھری ہے۔ جانور چاروں ہاتھوں پیروں پر چل رہے ہیں' صرف انسان نے دو پیروں پر چلنے کی کوشش کی۔ جانور زیادہ تحفظ کے ساتھ چلتے ہیں۔ انسان خطرے سے زیادہ مسحور تھا — اس نے دو پیروں پر چلنے کی کوشش کی ہے۔

دو پیروں پر کھڑا ہونے والے پہلے آدمی کا تصور تو کرو۔ وہ ضرور انتہائی روایت شکن انسان رہا ہوگا — عظیم ترین انقلابی' باغی — اور ہر کوئی اس کی مضحکہ خیزی پر ہنسا ہوگا۔ ذرا سوچو جب ہر شخص چاروں ہاتھوں پیروں پر چل رہا تھا اور دفعتاً ایک انسان دو پیروں پر کھڑا ہوگیا تھا: سارا معاشرہ ضرور ہنسا ہوگا۔ انہوں نے ضرور کہا ہوگا: ''کیا؟...... کیا کررہے ہو تم؟ کیا تم پاگل ہو گئے ہو؟ کبھی کوئی شخص دو پیروں پر نہیں چلا۔ تم گر جاؤ گے' تم اپنی ہڈیاں تڑوا بیٹھو گے۔ پرانے طریقے سے چلو۔''

یہ اچھا ہی ہے کہ اس آدمی نے ان کی باتوں پر کان نہیں دھرے۔ وہ ضرور ہنسے

ہوں گے۔ ضرور انہوں نے اسے پرانا طرز اپنانے پر کافی مجبور کیا ہوگا' تاہم وہ اپنی روش پر گامزن رہا ہوگا۔

وہ قدامت پسند اب بھی درختوں میں ہیں۔ بندر' بیبون — وہ قدامت پسند ہیں۔ انقلابی انسان بن گیا۔ وہ اب بھی درختوں سے چمٹے ہوئے ہیں اور چاروں ہاتھوں پیروں پر چلتے ہیں۔ وہ ہنوز سوچتے ہوں گے: ''یہ لوگ کیوں غلطی کر بیٹھے؟ ان کی کیسی بدبختی ہے؟''

تاہم اگر تم کسی نئی شے کی کوشش کرو تو تم اسی لمحے کسی نئی شے کو مہیا ہوجاتے ہو' فوری طور پر۔ خوفزدہ نہ ہونا۔ حرکت کرو' شروع شروع میں' چھوٹے قدم اٹھاؤ' چھوٹے فیصلے کرو' ہمیشہ آگاہ رہو کہ ہمیشہ کچھ نہ کچھ ممکن ہوتا ہے' تم غلط بھی ہوسکتے ہو۔ تاہم غلط ہونے میں کیا خرابی ہے؟ واپس آجاؤ۔ تم زیادہ ذہین ہوجاؤ گے۔

انسان کو فیصلے کرنے پڑتے ہیں۔ یہ زندگی کا ایک نہایت خوبصورت پہلو ہے۔ اس سے پتا چلتا ہے کہ تم آزاد ہو۔ کیا تم پسند کرو گے کہ کوئی دوسرا شخص تمہارے لیے فیصلہ کرے۔ تب تم غلام ہوگے۔ اس اعتبار سے جانور بہتر حالت میں ہیں — ہر شے فیصل (Decided) ہے۔ ان کے کھانے متعین ہیں' ان کے زندگی بسر کرنے کا پیٹرن متعین ہے۔ انہیں خود فیصلہ کرنا نہیں ہوتا' وہ کبھی الجھن کا شکار نہیں ہوتے۔

انسان واحد جانور ہے جو ہمیشہ الجھن کا شکار ہوتا ہے تاہم یہی اس کی شان ہے کیونکہ فیصلہ اسی کو کرنا ہوتا ہے وہ ہمیشہ معلق رہا ہے: ہمیشہ دو متبادلوں کے درمیان معلق رہا ہے — سینٹ فرانسس آف اسیسی' سینٹ فرانسس زیویئر — اور ہمیشہ خطرے مول لیتا رہا ہے۔ تاہم انسان کو فیصلہ کرنا ہوتا ہے۔ فیصلہ کرنے سے تمہاری روح جنم لیتی ہے تم مرتکز ہوجاتے ہو۔

فیصلہ کرو چاہے تمہارا فیصلہ کچھ بھی ہو۔ تذبذب میں مت رہو اگر تم تذبذب میں رہو گے تو ہمیشہ غلط کام کرو گے۔ تم بیک وقت دو سمتوں میں چلنے لگو گے پچاس فیصد تم شمال کو جارہے ہو گے' پچاس فیصد تم جنوب کو جارہے ہو گے۔ اسی سے دکھ' کرب اور عذاب پیدا ہوتا ہے۔ زندگی اسی طرح گزرتی ہے — آدھی آدھی — اور یوں تم تقسیم ہوجاتے ہو۔

اپنی زندگی کا مشاہدہ کرو۔

فیصلہ کرنا ضروری ہوتا ہے۔ تمہیں ہر لمحہ فیصلہ کرنا ہوتا ہے۔ جس لمحے تم فیصلہ نہیں کرتے وہ تم میں انتشار پیدا کر دیتا ہے۔ جس جس لمحے تم فیصلے کرتے ہو' مجتمع ہوتے جاتے ہو۔

اپنا ذہن بناؤ۔ فیصلہ کرو۔ یونہی لٹکے رہنا اچھا نہیں ہوتا۔ یہاں ہوؤ یا کہیں اور ہوؤ' لیکن ہوؤ۔ اگر تم یہاں ہونا چاہتی ہو تو یہاں ہوؤ' لیکن کاملاً ہوؤ۔ تب یہ جگہ تمہاری ساری دنیا اور یہ لمحہ ابدیت بن جائے گا۔ منقسم مت رہو۔ تمام سمتوں میں مت جاؤ' وگرنہ پاگل ہو جاؤ گے۔

کسی پر بھروسہ کرنا ایک فیصلہ ہے۔ اس میں خطرہ ہوتا ہے۔ کون جانے؟ وہ شخص دھوکا دے رہا ہو۔ تمہیں کسی عورت سے محبت ہو جاتی ہے' تم بھروسہ کرتے ہو۔ تمہیں کسی مرد سے محبت ہو جاتی ہے' تم بھروسہ کرتے ہو۔ کون جانے؟ رات کو وہ مرد تمہیں قتل کر سکتا ہے۔ کون جانے؟ بیوی تمہاری ساری دولت لے کر بھاگ جائے۔ تاہم انسان خطرہ مول لیتا ہے' وگرنہ محبت ناممکن ہے۔

ہٹلر کبھی کسی عورت کو اپنے کمرے میں نہیں سونے دیتا تھا' اس کی گرل فرینڈز کو بھی اجازت نہیں ہوتی تھی۔ وہ دن میں ان سے ملاقات کیا کرتا تھا۔ وہ بہت خوفزدہ تھا کہ کہیں کوئی لڑکی اسے زہر نہ دے دے' اس کا گلا نہ گھونٹ دے۔ ذرا سوچو تو ایسے آدمی کا المیہ۔ وہ ایک عورت پر بھی بھروسہ نہیں کر سکتا تھا۔ اس نے یقیناً ایک دوزخی زندگی گزاری تھی۔ نہ صرف وہ دوزخ میں جی رہا تھا بلکہ اس کے گرد موجود سارے لوگ دوزخ میں جی رہے تھے۔

کہا جاتا ہے کہ ایک مرتبہ ایک برطانوی سفارت کار ہٹلر سے ملنے گیا۔ ہٹلر نے اس سے جس دفتر میں ملاقات کی وہ ایک عمارت کی ساتویں منزل پر تھا۔ ہٹلر نے برطانوی سفارت کار پر رعب ڈالنے کے لیے کمرے میں موجود ایک فوجی سے کہا کہ وہ کھڑکی سے چھلانگ دے۔ فوجی نے بلا تامل ایسا ہی کیا۔

برطانوی حیران رہ گیا۔ ہٹلر نے اسے مزید مرعوب کرنے کے لیے دوسرے فوجی

کو بھی یہی حکم دیا۔ وہ بھی کھڑکی سے باہر کود گیا۔ پھر ہٹلر نے تیسرے فوجی کو کھڑکی سے باہر کودنے کا حکم دیا۔ برطانوی سفارت کار سے رہا نہ گیا۔ اس نے لپک کر فوجی کو پکڑ لیا اور بولا: ''کیا تمہیں زندگی پیاری نہیں ہے؟''

فوجی اسے دھکیل کر کھڑکی کی طرف بڑھتے ہوئے بولا: ''تم اسے زندگی کہتے ہو؟'' اور باہر کود گیا۔

ہٹلر دوزخ میں رہتا تھا اور اس نے دوسروں کے لیے بھی دوزخ بنا دی تھی۔ ''تم اسے زندگی کہتے ہو؟''

اگر محبت نہ ہو تو زندگی ممکن نہیں ہے۔ زندگی کا گہرا مطلب ہے محبت۔ محبت ایک بھروسہ ہے۔ ایک خطرہ ہے۔

میرے نزدیک رہنا محبت میں رہنا ہے کیونکہ میرے نزدیک رہنے کا یہی واحد طریقہ ہے۔ میں کوئی استاد نہیں ہوں۔ میں تو تمہیں زندگی کا ایک مختلف وژن دے رہا ہوں۔ یہ خطرانگیز ہے۔ میں تمہیں قائل کرنے کی کوشش کر رہا ہوں کہ جس طریقے سے تم اب تک زندگی بسر کرتے آتے ہو' وہ بنیادی طور پر غلط ہے — ایک اور طریقہ ہے' تاہم وہ طریقہ غیر معلوم ہے' مستقبل میں ہے۔

تم نے کبھی اس کا ذائقہ نہیں چکھا۔ تمہیں مجھ پر بھروسہ کرنا ہوگا' تمہیں میرے ساتھ اندھیرے میں چلنا ہوگا۔ خوف ہوگا' خطرہ ہوگا۔ یہ درد بھرا ہوگا — ہر ارتقا درد بھرا ہوتا ہے — تاہم انسان درد کے ذریعے مسرت تک پہنچتا ہے۔ صرف درد کے ذریعے مسرت تک پہنچا جا سکتا ہے۔

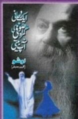
☆☆☆

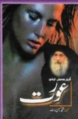
یوگا ہستی کے خالص پن کو پانے کی کوشش ہے۔ مجھے اپنی موت بننے دو تاکہ تم دوبارہ جنم لے سکو۔ ایک گرو ایک موت اور ایک زندگی ہوتا ہے۔ تم درست راستے پر لڑکھڑاتے تھے' اب سیدھے چلتے رہو۔ خالی ہو جاؤ۔ جلد ہی ہر شے تبدیل ہو جائے گی — خالی پن بھی ختم ہو جائے گا۔ پہلے ہر شے غائب ہوتی ہے' اور خالی پن ابھرتا ہے۔ پھر خالی پن کامل ہوتا ہے اور آخر غائب ہو جاتا ہے۔

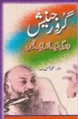
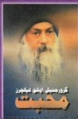
گوتم بدھ اس حوالے سے اپنے چیلوں سے کہا کرتا تھا: ''یہ ایسا ہے کہ جیسے تم رات کو شمع جلاتے ہو۔'' شمع ساری رات جلتی رہتی ہے۔ شعلہ موم کو پگھلاتا رہتا ہے۔ شمع غائب ہوتی رہتی ہے۔ صبح ہونے پر شمع غائب ہو چکی ہوتی ہے۔ جب شمع مکمل طور پر غائب ہوتی ہے، اس آخری لمحے میں شعلہ بھڑکتا ہے اور غائب ہو جاتا ہے۔ پہلے وہ شمع کو فنا کرتا ہے، پھر وہ خود فنا ہو جاتا ہے۔

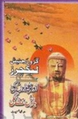
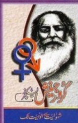
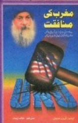
اسی طرح جب تم خالی پن، معدومیت، بے انائی پانے کی کوشش کرو تو پہلے یہ ہر شے کو فنا کر دے گی۔ جب ہر شے فنا ہو جائے گی اور تم مکمل طور پر خالی ہو گے، تب شعلہ بھڑکے گا اور خالی پن چلا جائے گا۔ دفعتاً تم گھر واپس آ چکے ہو گے — آسودہ، چھلکتے ہوئے۔







OSHO

24 مزنگ روڈ، لاہور۔ پاکستان
فون نمبر: 092-42-7322892 - 7354205
E-mail: nigarshat@wol.net.pk
E-mail: nigarshat@yahoo.com



Title Design By: Agah Nisar 7210011